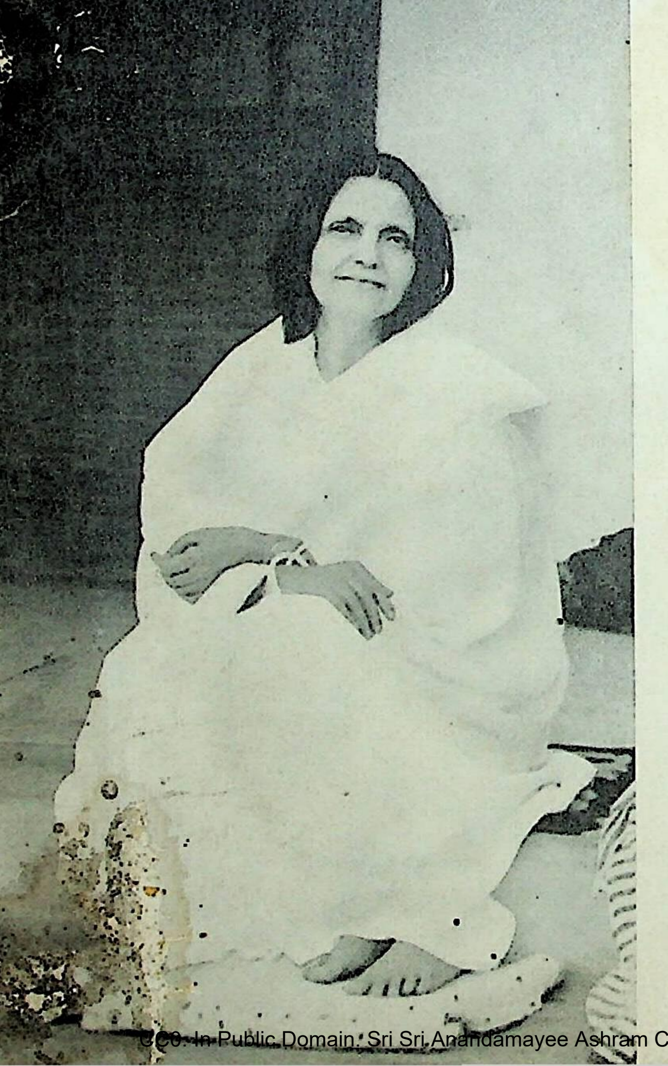
MATRI VANI



Une sélection des paroles de .

SRI ANANDAMAYEE MA

PANHARMONIE
70, Bd M. Barrès
Neuilly-sur-Seine

A Mataji
en témoignage de notre profonde gratitude
et de notre fervente dévotion
Paris, le 15 octobre 1968
Madeleine Langevin
Docteur Jacques de Marquette

MATRI VANI

Une sélection des paroles de
SRI ANANDAMAYEE MA

PANHARMONIE
70, Boulevard Maurice Barrès Neuilly-sur-Seine

PAROLES D'UN MAITRE

Sa Sainteté Le Pape, ému par les spectacles de la vie Indienne, s'écria que l'Inde était un pays « Evangélique », c'est-à-dire porteur de la « Bonne Nouvelle »...

Depuis mes rapports avec le Professeur Ranadé, mon Gourou, Ghandiji, Rabindranath Tagore et A. K. Coomaraswamy, j'en ai la certitude ayant eu l'occasion de séjourner dans une dizaine de ces hauts lieux que sont les Ashrams. Aussi un des plus grands plaisirs qui attendent la délégation de nos membres au Congrès de l'Union Internationale Végétarienne en Novembre, plaisir qui sera à la fois un grand honneur et un incomparable enrichissement, sera d'être admis à rencontrer SRI ANANDA MOYEE MA GI.

En effet, celle-ci est vraisemblablement le Gourou le plus chargé des présences transcendantes qui se trouve actuellement en Inde. Madame Langevin et moi avons déjà eu l'honneur de la rencontrer trois fois dans son Ashram de New-Delhi, dans celui de Brindavan et à Bombay, dans une maison amie. J'avais, pour ma part déjà rencontré plusieurs grandioses Mahatmas, de sorte que la rencontre avec « la Sainte du Bengale » ne fut pas complètement nouvelle pour moi. Par contre, notre chère Secrétaire Générale, dont c'était le premier contact avec une authentique grande âme, fut à la fois complètement bouleversée et transportée dans les dimensions spirituelles non seulement inédites, mais imprévues.

Il est bien évident que chacun ne retire d'une telle rencontre que ce que son évolution spirituelle lui permet d'en retirer. C'est pourquoi il est certain que chacun des amis qui pourront rencontrer la Sainte en Novembre, en recevra une impression spécifiquement personnelle.

Cela est aussi vrai pour la lecture de livres dans lesquels, comme dans les auberges Espagnoles d'autrefois : « on ne trouve que ce qu'on y apporte ». Ceci s'applique évidemment à la lecture du recueil de propos d'Ananda Moyee Gi que son Ashram vient de nous faire l'honneur de nous envoyer en nous autorisant à le publier. Il ne faut jamais perdre de vue que les langages humains sont irrémédiablement inadéquats à la description de la transcendance et que la seule attitude raisonnable devant un ouvrage

initiatique comme celui que nous allons publier, n'est pas de le juger intellectuellement ; mais de faire le sacrifice total de son égoïcité, pour pouvoir éveiller en soi des échos des états transcendants qui, nécessairement, ne peuvent être que suggérés.

J. de M.

AVANT-PROPOS

Le présent livret contient des fragments de recommandations et de suggestions personnelles dispensées à différents moments par Sri Anandamayee Ma à ses adeptes fervents. Comme celles-ci sont des passages de lettres (en Bengali) dictées par la Mère en réponse à leurs questions, le langage porte la marque de la simplicité et de la fraîcheur originelles du message, sans perturbations dûes au mécanisme de la traduction.

Une analyse du livret montrerait que les paroles de la Mère se rapportent à des situations variées se produisant dans la vie d'un homme lorsque, à la suite de la pression des circonstances, il se sent affreusement seul et impotent, sans espoir et perdu. Privations, désillusions, frustrations, emprise par des forces hostiles intérieures, privation de la foi, divagations d'un esprit vagabond et irrégulier, maux physiques prolongés — tels sont les maux qui accompagnent nécessairement une vie humaine sur terre. En tout cas on trouvera que la Mère suggère pratiquement le même souverain remède — c'est-à-dire la pratique constante de penser à Dieu et de prononcer Son Saint Nom, jointe à une soumission inconditionnelle à Sa Volonté et une certitude inébranlable que tout ce qu'Il dispense est sage et pour notre bien. Il est vrai que les instructions rassemblées dans cette collection ont été données à des individus particuliers dans des circonstances particulières ; qu'importe ! elles ont la résonance d'un appel éternel et universel à l'humanité, en-dehors de toute caste, croyance, de tout sexe, âge ou nationalité. Ceux qui ont le bonheur de connaître la Mère de plus près, savent qu'elle n'a pas en ce qui la concerne, de parti-pris personnel à l'égard d'un contact particulier plutôt que d'un autre et que, dans le cas d'un *sadhaka,* lorsque la prédisposition et la compétence individuelle exigent l'exclusivité d'une directive particulière, elle n'hésite jamais à la recommander.

La Mère croit en l'existence d'un idéal Suprême et unique en l'homme. Mais elle dit, qu'étant donné la différence des points de vue résultant de la diversité des goûts, capacités, entourages et orientations de la pensée ; les voies de réalisation seront nécessairement différentes. Toutes ces divergences sont réelles ; mais elles ne sont que superficielles. Ce qui compte vraiment dans chaque cas, c'est d'avoir ou de ne pas avoir la sincérité du

cœur, un esprit pensant juste et une soif sincère de l'âme jointe à une activité incessante, une foi inébranlable et une moralité sans tâche. Le détachement des choses terrestres et la dévotion à l'Idéal Divin sont pour le pélerin les éléments les plus précieux de son pèlerinage sur le chemin de l'Infini.

C'est pourquoi à tout âge, en toute occasion, dans tous les changements de fortune, dans le domaine de l'action et dans le silence de la solitude, l'homme doit avoir un seul But devant lui sur lequel fixer son regard, et semblable à l'étoile polaire de son firmament mental. Pour lui, cela devrait être à la fois comme la souveraineté majestueuse du Père Suprême, telles les Grâces abondantes de la Grande Mère, comme le source intarissable d'une fontaine d'Amour ; cela peut aussi être comme l'impersonnelle, mais consciente Bénédiction de l'Etre Divin et même comme l'Essence cachée de sa propre âme. C'est dans cette perspective du But Suprême que l'homme devrait toujours consciemment diriger ses efforts — à travers l'action, à travers la connaissance, à travers l'amour. Dans quelques conditions qu'un homme puisse se trouver au moment du réveil, son esprit devrait retenir le fait que sa voie se déroule réellement devant lui à partir de cet instant même ; il n'a qu'à s'appliquer au mieux de ses possibilités, à avancer le long du sentier. Il est vrai qu'un homme ne peut atteindre le But par ses possibilités limitées, il est aussi vrai qu'aucun effort, même insignifiant, reste vain s'il est sincère. Chaque effort sincère, même imperceptible dans sa modestie, a une valeur en lui-même en tant que moyen vers la Fin ; et s'il est bien poursuivi, cette Fin est en son temps obligatoirement atteinte. Mais le But Suprême est au-dessus de toute compréhension. Nous avons à avancer sur la voie en employant les ressources dont nous disposons. Car qui sait à quel Moment Grandiose la Réalité Suprême se dévoilera dans Sa Gloire resplendissante ? Lorsque, à un moment donné, l'aurore de la Vision s'élève dans l'âme, les souillures et impuretés, accrochées à elle par suite du passé immémorial et accumulés à travers les temps, disparaîtront en un instant, telle la brume à l'aurore, avant que le soleil ne dispense ses rayons. Le fini remplace alors l'infini lorsque l'infini lui sourit, et étant libéré des limitations et des incapacités de la vie mondaine, il commence à vivre, à se mouvoir, et à être dans l'Infini. Il faut naturellement débuter avec un plan défini de discipline de soi-même, compatible avec ses goûts et capacités propres et organisé en un certain ordre de périodes temporaires et logiques ; mais quand à un moment donné, Sa Grâce se dévoile, les formalités de rigides conventions sombrent dans l'insignifiance. Toutes les entraves sont alors brisées et l'impossible devient non seulement possible ; mais entre dans la tranche actuelle de notre devenir.

La Paix et la Liberté sont dans leur éternité édifiées dans l'âme et l'homme réalise le But le plus élevé de son existence.

Ce petit livre est en vérité un éclatant collier de perles destiné à être constamment porté par chacun des adeptes fervents de la Mère. Je salue sa publication de tout mon cœur et félicite le compilateur et le traducteur pour le remarquable sens de l'exactitude dont ils ont fait preuve dans la sélection et la présentation des différentes parties de ce livre.

19 Avril 1959. Gopinath Kaviraj.

PRECEPTES GENERAUX

1

Tout ceci, qui est Sa création, est sous Sa dépendance, est en Sa présence et est LUI.

Quel que soit l'état dans lequel IL maintient quelqu'un à n'importe quel moment, IL le fait totalment pour le bien, car, en vérité, tout est ordonné par LUI, tout est de LUI.

Le bonheur relatif, est un bonheur dépendant de quelque chose et se termine dans le chagrin. Le devoir de l'homme est de méditer sur Dieu Qui est la Paix. Il ne peut y avoir de paix sans recourir à ce qui aide à se maintenir dans la pensée de Dieu. N'avez-vous pas vu ce qu'est la vie dans le monde ? Dieu est celui qui doit être aimé. En LUI est toute chose — c'est Lui que vous devez essayer de trouver.

2

Si quelque chose doit être obtenu — quoique ce soit, de quelque manière que ce soit — cela doit être obtenu de LUI seul.

Le devoir obligatoire de l'homme en tant qu'être humain, est de chercher refuge à Ses Pieds.

Les jours s'écoulent ; vous en avez déjà laissé passer tellement ; efforcez-vous d'utiliser au mieux le nombre de jours qui vous restent à vivre.

3

Chaque moment appartient à Dieu. Efforcez-vous de garder votre esprit fixé à Ses Pieds. Dieu, Océan de Miséricorde, qui toujours bénit le monde, répand Sa grâce inlassablement. Le devoir de l'homme est de considérer tout ce qui arrive, comme étant pour le mieux. *« Pour le mieux »* signifie l'aide la plus efficace pour aller vers la réalisation du Divin, la réalisation de la plénitude de la félicité.

4

Le courant incessant, sans fin, de Miséricorde et de compassion divines se déverse sans cesse : dans ce courant baignez-vous.

5

Quels sont ceux qui sont vraiment riches ? Ceux qui sont en possession du Trésor Suprême — eux seuls sont réellement riches et vivent dans l'abondance. L'homme dans le cœur duquel

ne se manifeste pas la présence de Dieu, doit être considéré comme étant pauvre et dépourvu. Dépendre uniquement de LUI est le premier et le seul devoir de l'homme.

6

En vérité, l'abondance du malheur est ce qui caractérise essentiellement la vie en ce monde. Fixez votre esprit sur Dieu.

7

Le remède souverain et universel est la contemplation de l'UN. L'essentiel pour tout être humain est de penser seulement à LUI et de LE servir à tous moments.

8

Que Son Nom soit toujours avec vous ; imperceptiblement, sans relâche, le temps s'enfuit.

9

Il est propre et juste de se concentrer seulement sur LUI dans la perception de Son omniprésence qui apporte un relachement de toutes les anxiétés.

Efforcez-vous à tout moment de maintenir la contemplation de Dieu et le flux de Son Nom. Par le pouvoir de Son Nom tous les malaises sont transformés en bien-être.

10

Sans la répétition du Nom et la pensée constante de Dieu, il n'y a pas d'espoir sur la terre. Que ce devoir soit observé avant tout en premier lieu.

Dans *Râma,* qui est celui qui dissipe tout chagrin, il y a *Arâma* — repos et bien-être ; là où *Râma* n'est pas présent, il y a *Vyarma* — inconfort et malaise.

11

Il est possible de pratiquer la répétition du Nom Divin dans les circonstances les plus adverses. IL est cause de tout ce qui arrive et c'est pour cette raison qu'IL est toujours proche.

12

C'est seulement quand vous quittez tout pour LUI, qui est la Fontaine de Paix, que vous pouvez avoir l'espoir de la Paix.

13

Quand l'esprit est centré sur ce qui donne la Paix et que le regard demeure fixé sur ce qui la produit, quand les oreilles

écoutent ce qui remplit le cœur de paix, et cela en tout temps, il y a une réponse de LUI qui est la Paix Elle-même. Alors seulement il peut y avoir promesse de paix.

14

C'est le désir qui engendre le chagrin ; mais la *volonté de* réaliser Dieu est elle-même félicité. Soyez certains qu'IL vous purifiera, vous réconfortera et vous prendra dans Ses bras.

Le chagrin survient dans le but de vous amener au bonheur. En tout temps restez liés à LUI par Sa pensée.

15

Votre corps qui est une part de ce monde illusoire et qui en dépend, est d'autre part l'expression d'un processus intérieur et caché. Vous êtes vous-mêmes le multiple, apparaissant sous des aspects, des formes et des modes variés. Chacun existe en fait pour remplir une fonction particulière. Il vous est loisible de vous servir de l'univers ou de le servir, vous en êtes l'usager et, cependant, vous en êtes aussi vous-mêmes l'accomplissement ; ce processus intérieur caché est engendré par vous.

16

Vous êtes imparfaits, en vous manque quelque chose, c'est pourquoi vous ressentez en vous le désir d'un accomplissement. Le « *corps* » (1) signifie ce qui échappe, ce qui change continuellement. S'il n'y a pas de besoins, de désir, alors cette sorte de corps qui est toujours dans un processus de dépérissement, ne persiste pas. Ainsi, après la réalisation de Dieu, on ne peut plus parler longtemps d'un tel corps, car le Soi surgit révélé.

17

Le sens de ce qu'on a besoin se forme spontanément — c'est le Divin qui l'éveille.

Perdre tout, c'est gagner tout. IL est miséricordieux et compatissant. Quoiqu'IL fasse, à n'importe quel moment, est totalement bienfaisant, bien que parfois douloureux. Lorsqu'IL se manifeste par la ruine totale, il y a des chances qu'il puisse aussi se manifester par le gain total. Il est salutaire de languir pour Celui qui aide à s'élever vers l'éclat de la Vérité, car cela fait jaillir l'éveil conscient de la Vérité.

Vraiment IL est partout, tout le temps.

L'effort de s'éveiller à sa nature réelle, est le devoir de l'homme en tant qu'être humain.

(1) Le mot Bengali pour «corps» est « Shorir » et le verbe « shora » veut dire se mouvoir, s'échapper. *Shorina* en sanscrit. N. de la R.

18

Dans la perspective de Son jeu, même obtenir signifie perdre. C'est là la nature de Son Mouvement. Pensez à LUI qui ne peut être perdu. Méditez sur LUI seul, sur LUI, la Fontaine de Bonté. Priez-Le ; dépendez de LUI. Essayez de donner plus de temps au *japa* et à la méditation. Abandonnez votre esprit à Ses Pieds. Efforcez-vous de maintenir sans arrêt le *japa* et la méditation.

19

Naisance humaine — cela ne signifie-t-il pas ordinairement faire l'expérience du désir, de la passion, du chagrin, de la souffrance, de la vieillesse, de la maladie, du bonheur et ainsi de suite ? Cependant il est du devoir de l'homme de se souvenir qu'il n'existe que pour Dieu seul — pour Le servir et pour Le réaliser.

Dire « *Je ne sais pas, je ne comprends pas* », est seulement dû à l'ignorance. C'est le voile de l'ignorance qui est cause d'agonie et de malchance.

20

Vraiment tout se passe à l'intérieur de Sa Loi. Comment, celui qui a été capable de comprendre ceci, peut-il encore être si grandement troublé ? C'est de votre devoir que de considérer toutes choses comme LUI appartenant. Essayez de laisser Sa Pensée vous maintenir en paix, quoiqu'IL puisse faire.

Le sentiment d'une frustration ne se déclare-t-il pas parce que l'objet désiré n'est pas obtenu ? Quand le désir de quelqu'un reste inassouvi, sans fruit, il est assurément futile de continuer à solliciter la même chose et d'être encore et encore désappointé. Aussi longtemps que persiste le désir, l'impression de frustration et le chagrin ne sont que naturels — du point de vue de ce monde. Quoique vous puissiez désirer dans ce monde toujours changeant, vous n'en recevrez que du chagrin, même si un bonheur momentané peut parfois être obtenu. Cherchez CELA en quoi il n'y a aucune souffrance et en quoi tout est obtenu, c'est là le seul devoir de l'homme.

21

Perdre l'espoir est certes perdre tout. Mais cette perte de tout se présente-t-elle jamais ? Le cœur n'est-il pas encore bouillonnant de désirs et d'espoirs ? Ceci n'est que naturel — C'est la tendance innée de l'individu.

La parfaite résignation donne la joie la plus profonde de toutes, Acceptez-là comme votre seule ressource. Quoique fasse Dieu à n'importe quel moment, est totalement bon. Si vous pouvez vous souvenir de ceci, vous resterez en paix.

22

Ce que vous considérez comme étant de votre devoir, sera dans tous les cas, accompli par vous; en fait, vous êtes en train de le faire. Mais le devoir spécial de l'homme est la pensée de Dieu, l'activité de l'esprit qui éveille le désir de savoir ce que vous êtes réellement ; vous devez vous concentrer là-dessus. Il est de la plus grande importance de faire un effort particulier dans cette direction. Portez toute votre attention sur la pratique régulière et journalière du Sadhana. Si les circonstances ne vous permettent aucun autre exercice, ayez alors le sentiment de Sa présence — le but de toute pratique étant la réalisation de l'Un qui est manifesté en toutes les formes et en tous les modes d'être.

23

C'est par la recherche de la Vérité que l'homme est capable de s'élever. Cette recherche doit être conidérée par lui comme un devoir impérieux.

24

Cela en quoi il n'est pas question de forme ou de sans-forme, d'au-delà de la forme et des attributs, même de transcender ce qui est au-delà — cela seul a de la valeur pour l'aspiration humaine.

25

L'homme doit rechercher ce qui est caché derrière le monde apparent. Il doit choisir un asile à partir duquel il pourra facilement regagner son véritable foyer.

26

Le mot *manus* (1) (homme) donne lui-même la clef de ce qu'un homme devrait être réellement : un être qui est éveillé à la conscience de soi. Même s'il a glissé et s'il est tombé, n'est-il pas de son devoir impérieux d'employer comme un levier la terre même sur laquelle il a buté et de se redresser à nouveau ? En fait, on ne tombe pas si souvent. Le devoir de l'homme est un constant effort. S'il ne s'éveille pas à la conscience de son propre Moi, qu'a-t-il accompli ? Il n'a fait que gâcher sa vie. Combien de vies sont ainsi gaspillées, générations après générations, en allées et venues sans fin ! Trouvez qui vous êtes ! Découvrez la signification de la ronde des naissances et des morts, sa cause et où elle conduit. Quand l'homme devient un voyageur sur le chemin de son être intérieur, la distance qui

(1) *Man* : mental ; *hus* : conscient.

le sépare de son but disparaît graduellement. Vous aurez très certainement à entreprendre ce pèlerinage vers l'Immortalité, foulant aux pieds des centaines et des centaines d'obstacles et de difficultés. C'est cette sorte de virilité qui doit être éveillée. Pourquoi resteriez-vous impuissants comme si vous étiez paralysés ? Vous vous contentez de répéter indéfiniment que vous ne pouvez pas, que vous ne pouvez pas faire le *sadhana*. Pourquoi ? Pourquoi ? Pourquoi ?

27

Que le « je ne peux pas » soit éliminé de votre vocabulaire. Le temps s'enfuit rapidement : dans peu de jours seulement cette réunion avec les amis et les parents se terminera. Rassemblez vos possessions, frère, personne ne vous accompagnera pour votre voyage final.

28

L'homme peut se trouver dans des milieux de tous genres, il ne doit cependant pas se permettre d'être balloté de-ci, de-là, impuissant sous leur influence. C'est son devoir dans toutes les circonstances de préserver intact son individualité et sa force de caractère. Suivre le courant est assez faible, mais se tenir ferme comme un roc est difficile. Celui qui est capable de le faire gardera sa tête ferme, même au milieu d'une douzaine de personnes ayant des points de vue différents et d'autres lignes d'approche. C'est véritablement l'attitude qui convient à un être humain.

29

Voyez, pour cueillir une rose on doit mettre sa main dans les épines. Mais si le but d'une personne est la rose et si elle a un désir aigu de la cueillir, elle ne s'abstiendra pas de le faire de peur d'être piquée. De plus la Mère Divine s'occupe de tout ce qui est nécessaire à chacun : Elle connaît certainement le besoin réel de chaque individu. Si l'on a au moins ce peu de foi, il n'y a aucune raison de se sentir en détresse.

30

Essayez au maximum de ne pas succomber à l'influence de quelqu'un. Pour devenir ferme, calme, profondément sérieux, plein de courage, avec sa personnalité pleinement intacte, pur et saint par sa propre force ; on doit être centré en Dieu.

31

Pour un être humain, seule devrait être acceptable la ligne de conduite la plus noble, la plus irréprochable. C'est une occasion de grande réjouissance quand quelqu'un s'efforce de mouler

sa vie sur ce modèle. Dans le cas d'une femme, cela signifie préserver son intégrité et sa pureté en étant complètement fidèle à son mari. Elle ne doit même pas se permettre de jeter un coup d'œil sur quelqu'autre homme. Seules les actions qui exaltent la nature divine de l'homme méritent le nom d'actions, tout le reste est négation de l'action — une perte d'énergie. Toute ligne de conduite qui ne réussit pas à animer le Divin en l'homme devrait être évitée, peu importe combien séduisante elle puisse paraître ; mais tout ce qui contribue à éveiller la Divinité inhérente de l'homme. devrait être résolument adopté, même si cela paraît peu attrayant. La mission de l'homme est d'aspirer à la réalisation de la Vérité, de fouler la voie par excellence qui conduit à l'immortalité. Ce qui apparaît plein de délices pour les sens deviendra plus tard une source de poison, engendrant trouble et désastre intérieur, car cela appartient au royaume de la mort.

32

La fermeté de caractère est la grande force de l'homme. S'il l'emploie dans son commerce avec le monde, il sera, en vérité, victorieux dans la plupart des cas.

33

La vie du monde est sans aucun doute un champ de bataille. En devenant conscient de sa richesse spirituelle, on doit lutter pour sortir triomphant de la bataille.

34

Vous vous cramponnez à cette chose ronde (1), roulante, croyant qu'elle constitue votre richesse ; c'est pourquoi il y a tant de trouble et de confusion. Qu'est-ce que cette « chose ronde » ? La pièce de monnaie naturellement. Essayez de vous cramponner exclusivement à Lui qui est le Tout, où l'on ne peut parler ni de forme, ni de sans-forme et où le trouble et la confusion n'ont pas d'existence.

35

Si vous ne permettez pas à vos pensées de s'éloigner de Ses Pieds de Lotus, toutes sortes de tentations vous seront épargnées. Le devoir de l'homme est de s'éveiller à la véritable humanité et de se séparer de ses instincts animaux, de choisir ce qui est bon et de réprimer les jouissances pernicieuses. Que votre esprit soit comme une belle fleur que vous puissiez offrir en adoration au Seigneur. En vérité le seul devoir de l'homme est la réalisation du Soi. Sans jamais perdre de vue l'Unique Ami Suprême, essayez vous mon ami, d'éviter les liens de l'amitié terrestre.

(1) Tout ce passage est basé sur un jeu de mots impossible à rendre en une autre langue. « Gol » veut dire rond, « mal » possession et « golmal » trouble et confusion.

36

S'abandonner à ce qui semble procurer du plaisir signifie choisir ce qui apparaît aimable en surface, donc attrayant. Des actions dégradantes qui traduisent la nature animale de quelqu'un, conduisent à la souffrance, même si elles semblent plaisantes. Les commandements et règles concernant la vie de chef de famille (*Grihashta Asrama*) doivent être observés aussi parfaitement que possible. Au début, il peut sembler irritant de ne vivre que pour l'idéal le plus haut ; mais en définitive, cela mène au vrai bien-être et à la paix.

On doit apprendre à trouver sa joie dans le Sublime — alors seulement on mérite d'être appelé un être humain. Ayant été béni en recevant un corps humain, il n'est que juste que l'on se comporte comme il faut. Pourquoi céder aux instincts animaux ?

Si vous ne pouvez soutenir le *japa* continuellement, égrenez en tout cas, complètement et journellement deux rosaires le matin et le soir. La recherche de la Réalité est la véritable vocation de l'homme.

37

Il y a différentes manières de vivre ; l'une est l'*ashram* (1) du chef de famille ; une autre est de rendre service, regardant qui que ce soit que l'on sert, comme étant une manifestation de l'Etre Suprême ; une troisième manière est de fixer la réalisation du Soi comme le seul et unique but et d'avancer vers lui avec une hâte ininterrompue et avec détermination. Suivant ses inclinations et le penchant de son esprit, chacun choisit une de ces façons de vivre. Dieu Lui-même prendra soin de toutes choses concernant un homme qui met toute sa confiance en Lui.

38

Seul est digne de l'homme d'aspirer à la réalisation de la Vérité. Il ne doit pas y avoir de tension dans la maison du chef de famille (*grihastha asrama*). Se permettre d'être agité par l'anxiété mentale conduit à la tension ; ce n'est pas la ligne à suivre, car, par un tel esprit, est développé le pouvoir de créer des obstacles.

En cherchant refuge dans le Pouvoir qui est Félicité, Destructeur des obstacles, Bonté et Bienfaisance, la paix sera établie dans la maison. Voilà en quoi doit constituer la recherche de l'homme de même que son devoir. Ces hommes et ces femmes sensibles, intelligents et sages qui dépendent de Dieu et du Guru et, pleins de foi, dans un esprit de renonciation, s'efforcent d'at-

(1) Ashram signifie ici l'état ou l'âge, un des stades de la division Hindoue de la vie en quatre âges (N.d.l.r.).

teindre à la Réalité ; doivent avancer le long de la voie qui est la plus utile pour leurs aspirations, restant toujours calmes et choisissant ce qui amène la paix. Dans toutes les actions on doit avoir pour but d'accomplir son devoir, son *dharma* individuel.

39

Restez fidèle à votre devoir. Vivre dans la maison qu'il a créée pour lui-même est certainement ce qui convient à un chef de famille. Ne négligez cependant pas la recherche de votre réelle Demeure. Ce n'est que lorsque celle-ci est trouvée qu'on est vraiment arrivé à la maison.

40

Dans toutes les formes, dans toutes les diversités et les disparités. Il est unique. L'infinie variété des apparences et des manifestations, des modes de devenir et des états d'être, des espèces et des types, toutes les distinctions sans nombre, aussi bien que toutes les identités, ne sont que Lui, Lui-même. Alors, contre qui êtes-vous en colère ? Quoi que ce soit et quoi que dise quelqu'un, est en accord avec son niveau et sa condition à ce moment particulier, donc, c'est juste pour lui. Il est sûr qu'il ne représente que ce qu'il perçoit et comprend à ce point de son développement. Ceci aussi n'est qu'une expression, une manifestation de l'Un.

41

Rester calme et en paix en toutes circonstances, est le devoir de l'homme. Se former une mauvaise opinion d'une personne uniquement parce que l'on a entendu quelque commérage sur elle, est une erreur. L'hostilité, la condamnation, le langage abusif, les mauvais sentiments, etc... même s'ils sont gardés cachés dans la pensée, retomberont et doivent retomber sur celui qui les émet. Personne ne devrait se faire du mal à soi-même en hébergeant de telles pensées et de tels sentiments.

42

C'est le devoir de l'homme que de demeurer dans la joie qui jaillit de la préoccupation constante de l'esprit pour les choses divines. Penser à autre chose qu'à Dieu est ce qui crée la souffrance Que ce soit la répétition du *mantra*, la méditation, le culte d'adoration, la lecture attentive des textes sacrés, le simple éveil à la conscience de Dieu ou une pratique semblable, que ce soit *kirtana* ou musique religieuse — toutes ces activités sont des modes différents de se tenir en la présence Divine. On doit toujours s'occuper de l'une d'elles, en fait n'être jamais sans Lui. Souvenez-vous que c'est ce que ce petit enfant demande à ses père et mère (1).

(1) Mataji parle souvent d'elle-même comme d'un petit enfant, elle appelle les enfants et les gens non mariés ses amis, et les gens mariés « père » et « mère ».

43

Comment serait-il possible que cette petite fille abandonne son père ? Même s'il la repousse au loin, cette petite fille obstinée se cramponnera encore à lui. Le père sera obligé de se rendre compte que telle est la nature de sa petite fille ; en fait il faudra retrouver en elle toutes les qualités de son père et il devra lui faire employer ces grandes qualités au service de son père déficiant.

Si on se nourrit de choses qui aggravent la maladie, n'est-il pas naturel que la maladie empire ? Il faudra prendre un médicament et un changement d'air aussi sera bienfaisant (2)

44

Ils imaginent que ce corps (3) est très loin, mais en fait il est toujours très près. Comment pourrait-il être possible qu'il quitte quelqu'un ? la question de la distance n'existe pas pour eux. Toutes les fois qu'ils peuvent obtenir des vacances qu'ils viennent et rencontrent ce corps.

Tout travail entrepris doit être bien fait. Si l'on prend l'habitude de tout faire bien, il est probable que l'on fera de même dans la voie spirituelle. L'action est Lui et celui qui agit est Lui, pas un autre. En toute circonstance on doit s'efforcer de cultiver cette attitude mentale. La Vérité — en laquelle l'illusion est connue comme illusion — la Vérité, CELA qui EST, on doit en faire son bien.

45

En ce qui concerne ce corps, personne ne l'offense jamais, il n'est donc pas question de demander pardon à ce corps. Néanmoins vous aurez certainement à recueillir les fruits de ce que vous avez fait. Mais ce corps n'en ressent même pas la plus faible apparence de colère.

46

En vérité, tandis que quelques personnes approchent ce corps, sans aucun doute en quête de la réalité, un très grand nombre d'autres viennent seulement pour obtenir l'accomplissement de leurs désirs et de leurs aspirations.

Bien qu'ayant eu une pareille preuve évidente de la vraie nature du monde, son cœur en est-il encore rempli ? En l'occurence il devrait de toutes ses forces prendre la résolution de servir en considérant tout ce qu'il fait comme étant au service du Seigneur.

(2) La maladie signifie ici évidemment « *bhava roga* », la maladie de chaque homme qui se considère lui-même comme un individu séparé. Le médicament pour guérir cette maladie est le *sadhana*. Un changement d'air signifie changer son entourage mondain en celui de *satsang*, qui est la compagnie des sages, saints et chercheurs de la Vérité.

(3)Mataji se réfère couramment à sa personne comme à ce corps.

Demandez-lui à tout prix de faire résolument un effort pour ne pas permettre à sa pensée d'être engluée dans les rets de cet océan de tristesse. C'est son attachement au monde qui a amené ce pauvre homme à une détresse si profonde. L'ignorance est la seule racine de tout ceci. Il devrait continuer de donner de ses nouvelles à ce corps et de toute façon il en est capable — car il n'a personne à qui confier ses soucis et ses afflictions qui — de toute façon, sont les résultats de ses actions antérieures.

Par l'affliction le Seigneur dissipe l'affliction et par l'adversité, Il détruit l'adversité. Quand ceci est fait, Il n'envoie pas davantage de souffrance — cela doit être retenu tout le temps dans votre esprit.

En vérité, les descendants de l'Eternel doivent centrer leurs pensées sur Lui. Il ne peut y avoir même un espoir de paix pour les divorcés de Dieu — jamais, jamais, jamais. En demeurant en Dieu l'homme trouvera la paix, le voile sera déchiré, et le Destructeur de la souffrance se révèlera. Lui seul est le conquérant du mal, *Il* est vôtre, le seul trésor du cœur humain.

47

Ne gardez pas scellé en vous-même, ce qui pèse sur votre esprit. Si vous me l'écrivez librement et franchement votre cœur sera plus que déchargé. Père, pourquoi l'avez-vous gardé comprimé en vous pendant si longtemps ? Le confier à ce corps apporte un soulagement, n'est-ce pas ? Vraiment ce corps appartient à tous ; pour cette raison il se conduit et il parle, autant qu'il est possible, de façon à satisfaire les besoins des gens avec lesquels il est en contact à n'importe quel moment particulier.

Quand le culte d'une image ou quelqu'autre *puja* est accompli en accord avec les rites indiqués dans les *sâstras* et acceptés par tous les prêtres, *brahmana* et quand *kumari puja* forme une part du cérémonial prescrit par les *sâstras ;* alors les prêtres et les autres que cela concerne doivent être autorisés d'accorder ce qu'ils disent avec ce qu'ils sentent être correct. Ecrivez-lui ceci ! Mais naturellement quand ce corps joue avec ses amis, petites filles et petits garçons, il ne fait pas attention aux injonctions des prêtres — l'enfant peut appartenir à n'importe quelle caste ! L'autre jour n'avez-vous pas vu que la petite fille prise comme un point focal pour le culte n'était certainement pas la fille d'un *brahmana ;* cependant la personne qui accomplit la *puja* offrit des vêtements, de la nourriture et toutes les autres choses exactement comme cela devait être fait, n'est-ce pas ? Pour ce corps chacun et chaque chose sont égaux.

48

Le corps appartient au Seigneur, l'esprit appartient au Seigneur, toute l'humanité appârtient au Seigneur.

Servir quelqu'un est Le servir exclusivement. Efforcez-vous de garder toujours votre pensée à un niveau élevé. Y a-t-il jamais un temps où Il soit invisible ? La découverte de ceci est tout ce dont on a besoin.

49

Exécuter ses devoirs dans le monde est une bonne chose. On doit être attentif en même temps au Devoir réel de l'homme.

50

Quel que soit le travail qui doit être accompli à n'importe quel moment que ce soit, consacrez-lui votre attention entière et faites-le parfaitement. Dans toutes les circonstances, fiez-vous à Dieu.

Vraiment Il est immanent en toutes choses et peut être trouvé partout. De tout votre être, invoquez le Seigneur de Vie.

51

En vérité il est méritoire de consacrer vos journées au service de votre mère. Efforcez-vous de concentrer votre pensée sur les pieds sacrés du Seigneur. A ce prix seulement vous aurez des chances de voir s'atténuer votre instabilité.

52

Consacrez-vous au service d'autrui, le cœur et le mental en seront purifiés — soyez-en convaincus ! Servir est un *sadhana* très puissant ; ne soyez pas impatients. Servez plutôt votre prochain avec calme et ayez un bon mot pour chacun. Toutes les fois que vous dites ou faites quelque chose d'erroné, demandez-en pardon et essayez de votre mieux de ne pas laisser une semblable erreur se répéter à nouveau. Quand bien même d'autres seraient injustes envers vous, ne dites rien ou ne faites rien qui ne soit acceptable.

53

Considérant tous les êtres comme des formes revêtues par Lui, servez le Seigneur avec calme et dévouement, servez le Seigneur et Lui seulement. Dans la mesure où vous devenez de plus en plus parfaits dans votre capacité de servir le Seigneur, la tendresse, l'amour et la dévotion pour Lui, aussi bien que la foi inébranlable s'éveilleront en vous.

54

Celui qui sert Dieu ne sera jamais sans secours. Plus on cherche ardement la communion en pratiquant le *japa*, dans Son service et dans Sa contemplation, plus Sa révélation sera totale.

55

Celui qui n'arrivera pas à accomplir son devoir en s'y adonnant de toute son âme ; quelles que soient ses obligations à n'importe quel moment, trouvera la vie difficile et ne sera jamais capable de réussir quoi que ce soit d'une manière satisfaisante. Le devoir humain, en particulier celui d'une personne ayant pour but la totale consécration à la Tâche Suprême de la vie, est de travailler joyeusement à l'élévation de l'humanité en étant convaincu que tout service est celui de Dieu. Un travail ainsi accompli, purifie le cœur et l'esprit.

56

Les occupations mondaines et les affaires amènent inévitablement des soucis ; il ne peut en être autrement. La seule manière d'y faire face est la patience, encore la patience et toujours la patience. Ayant plongé dans les profondeurs de la mer, on a l'obligation de s'élever à nouveau. Les talents et le travail que Dieu vous a confiés ne sont que des moyens de Le servir. Ne vous souvenez que de cela !

57

Beaucoup se sentent appelés à créer un monde nouveau et meilleur. Plutôt que de laisser vos pensées s'arrêter sur de telles matières, vous devriez vous concentrer sur Cela par la contemplation duquel il y a espoir de paix parfaite. C'est le devoir de l'homme de devenir un chercheur de Dieu ou de la Vérité.

58

Ce qui est perçu en ce monde est de la nature du rêve, similaire à ce qu'on voit en rêve. La seule différence st que le premier se passe à l'état de veille et le dernier pendant le sommeil. Quoi qu'il en soit, je reste toujours avec vous, ma mère.

59

Toutes sortes de choses peuvent être vues dans les rêves : celles qui dépendent du mental ; mais aussi celles qui n'ont pas été pensées mais qui sont arrivées dans le passé ou qui se réaliseront dans l'avenir. Dans tous les cas, tout ce qui arrive, appartient au royaume du rêve.

60

Vous avez une fois affirmé catégoriquement que si vous pouviez seulement vous assurer une situation convenable, vous seriez à même de cultiver plus sérieusement le côté spirituel de la vie, tout en jouissant des plaisirs et du confort matériel. Que vous ayez tenu parole en ce qui concerne les jouissances du monde est plus qu'évident ! Mais dans quelle sombre cave, dans quel abîme inaccessible avez-vous caché la tendre plante de l'aspiration spirituelle ? Quand commencerez-vous à faire un effort pour apporter la lumière dans cet antre obscur ? Ne tardez pas ! Le jour qui

s'est écoulé ne revient jamais. Un temps d'une valeur inestimable est entrain de s'enfuir. Consacrez vos jours à vous efforcer d'approcher le Seigneur des Humbles. Quand la vieillesse extrême surviendra, vous serez trop léthargique et trop faible pour vous concentrer sur le Nom Divin. Comment ferez-vous alors pour rattraper ce que vous avez manqué quand il était temps encore ?

61

Les activités intellectuelles qui détournent l'homme de la pensée de Dieu constituent une fausse manière de penser. Efforcez-vous de former des habitudes de penser qui éviteront cela.

Tous vos fardeaux sont portés par Dieu. Soyez-en convaincu et essayez toujours de demeurer dans la sincérité et dans la joie.

62

Après tous ces jours, cette sorte de question lui est venue à l'esprit ? Naturellement, cela est arrivé parce que il y a une étape où les questions s'imposent et il n'y a rien de mal à cela, car tout n'est-il pas création de Dieu ? Les choses sont différentes pour les gens différents. Il est bon de se souvenir que ce qui apparaît comme un problème formidable peut, en temps voulu, être résolu d'une manière très simple. C'est ainsi qu'on peut ensuite se demander : n'est-ce pas après tout un problème insignifiant ? Le Créateur de toutes choses est Celui qui sait comment les apprécier ; Lui seul sait ce qui est grand et ce qui est petit.

63

Le flot des pensées relatives à Dieu est le chemin conduisant à l'épuisement du *karma*. Aussi longtemps que le but n'a pas été atteint, on est tenu à subir les conséquences de l'action juste, de l'action fausse, et de l'inaction — en accord avec le *karma*, la loi des causes et des effets.

64

Tout se déroule en accord avec la destinée de chacun. Vous aurez à l'accepter. Le Créateur a organisé l'univers de telle sorte que chacun a et aura à subir le fruit de ses actions ; cela ne peut pas être changé. Si à cause de vos ennuis terrestres vous n'avez pas envie et, en conséquence, vous ne vous concentrez pas sur le Nom de Celui qui est le Suprême Père, Mère, Ami et Seigneur, croyez-vous alors engendrer un bon *karma* — que d'avoir à encourir le même genre de souffrances encore et encore ? Votre père et votre mère arrangèrent ce qu'ils croyaient après mûre réflexion, être le mieux pour vous. *Karma*, conséquence des actions passées, met en cause la responsabilité propre de chacun.

65

Aucun mal ne pourra jamais triompher de celui qui s'attache fidèlement à la répétition du Nom Divin. Ce que l'on souffre est l'exacte conséquence de la nature de nos actions. Si le flot de la répétition du Nom Divin est soutenu, tout travail engendrera le bien.

66

Quelle quantité du *karma* des naissances précédentes reste-t-il encore à épuiser ! Exactement comme si par exemple un homme délabre son estomac en se laissant aller à trop manger, sans aucune restriction : même si plus tard il adopte une diète frugale et bien réglée, le résultat de cette sage mesure ne portera pas immédiatement ses fruits. Ainsi, quelle que soit la nature des actions actuelles de quelqu'un, il aura aussi simultanément à jouir et à souffrir des conséquences accumulées de sa conduite précédente. Il y a une justice parfaite dans la Création. L'homme est né en ce monde dans le but de moissonner les résultats plaisants de ses bonnes actions aussi bien que les conséquences de ses erreurs. Qu'en est-il des erreurs et des manquements qu'il commet actuellement ? Il aura naturellement à les supporter. L'homme jouit des fruits engendrés par sa bonne conduite antérieure ; mais il aura aussi à souffrir des effets de ses mauvaises actions. La Volonté du Tout-Puissant s'accomplit. L'homme doit cultiver le désir de bien agir. Avec l'aide de Dieu, même l'impossible devient possible. Que Ses Pieds de Lotus soient votre seul refuge !

67

L'homme doit se conduire comme un héros. Pendant les périodes d'infortune, il doit demeurer dans la longanimité et dans la patience.

Le temps ne s'arrête pas. Le suicide est un péché des plus haïssables ? A qui donc appartient le corps que vous parlez de détruire ? Est-ce là la manière de raisonner pour un être humain ? Honte à vous !

68

Voici le temps venu de vous former vous-même. Vous allez avoir à recourir au renoncement et à la force de caractère. Ceci afin d'être libéré des mauvaises tendances acquises dans des vies antérieures, qui vous ont amené des souffrances et des épreuves. Essayez de faire de votre cœur le sanctuaire consacré au service du Tout-Puissant, et recherchez l'absence de tout désir. La première condition est celle de se sentir attiré vers Dieu.

Ne manquez jamais de remplir vos obligations. Quoique vous ayiez à faire pour qui que ce soit, que ce soit dans un esprit de fidélité au service.

Il y a encore une autre chose à prendre en considération, abandonnez une fois pour toutes la molesse. Lorsqu'il s'agit de

remplir un devoir précis, le manque d'entrain, la molesse doivent être complètement éliminés de votre comportement. Toutes les difficultés qui pourraient survenir dans l'accomplissement d'un devoir, doivent être supportées avec bonne humeur.

69

Il n'y a jamais deux jours semblables. Ne vous laissez pas submerger par le désespoir. Quoiqu'il arrive et malgré tout, gardez en Lui la plus entière confiance. Ayez recours à Lui dans la joie et dans la peine. Si vous êtes tombé, servez-vous du sol comme d'un point d'appui pour vous relever. Car il est du devoir de l'homme de combattre avec toutes ses forces quelle que soit la situation dans laquelle il se trouve.

70

L'insuccès ne doit pas être considéré comme un désastre ; ce serait commettre un péché : Tout ce qu'Il fait est entièrement bénéfique. En aucun cas, fut-ce dans la pire adversité, l'homme ne doit se reconnaître vaincu. « Gurudeva, vous n'agissez que pour mon bien » — Gardez toujours cette pensée présente à votre esprit. Ce monde n'est pas possible sans qu'il ne se présentent de nombreux ennuis. Si vous avez perdu votre fortune et votre situation, laissez-les être perdues. Ne priez Dieu que pour la vie des vôtres.

71

En période d'affliction, persévérez patiemment. Même si le désespoir et le danger constituent le lot des hommes, celui qui leur fait face avec courage et calme, finira bien par en triompher.

Les circonstances de la vie changent. Pendant des périodes d'adversité il est nécessaire d'avoir recours à Lui avec encore plus de ténacité. On ne peut pas savoir si, au moyen d'un coup du sort, Il ne vous évitera pas un danger plus grand encore. Quelque fois Il suscite un accident pour éviter un plus grand danger. C'est la raison pour laquelle on le Nomme le « Dissipateur du Danger, Sauveur ».

72

Un des caractères fondamentaux de la vie humaine est qu'elle ne peut être constituée uniquement de bonheur ou de malheur. Puisque votre bonheur n'a pas duré, pourquoi vous imaginez-vous que votre malheur ne cessera pas ? Pour le moment faites provision de patience et de courage et poursuivez votre chemin avec une complète confiance en Dieu, C'est la volonté du Tout-Puissant qui prévaut. Soyez résolu en toutes circonstances de garder constamment Sa pensée en votre esprit.

73

Où que Dieu vous place, à n'importe quel moment et sous n'importe quelles circonstances, souvenez-vous que tout est pour le mieux. Efforcez-vous de traverser la vie en laissant votre fardeau entre Ses mains. Il est le Protecteur, Il est le Guide, Il est Tout en tout.

74

Il est du devoir de l'homme de cultiver sa foi et sa dévotion. Les coups du sort sont dans la nature des choses de ce monde. C'est ainsi que l'homme apprend à comprendre la nature du monde — et alors il en résultera son détachement des plaisirs et des jouissances.

75

Que l'équanimité soit votre constante règle de vie. Dites-vous sans cesse : « Seigneur, tout ce que Vous faites est pour le mieux ». Priez pour être fort et persévérant. Rien ne s'accomplit qui ne soit l'expression de la Grâce Divine : en vérité, tout provient de Sa Grâce.

Ancrez-vous dans la patience, supportant toute chose, demeurez fidèlement en Son Nom et vivez dans la joie.

76

Tous les plaisirs et tous les malheurs qui vous adviennent, proviennent de la nature de vos pensées et de la manière dont vous considérerez les choses. Si on veut aller au-delà des différentes croyances et points de vue, il faut avoir foi en le Tout-Puissant.

77

En toutes choses, placez votre confiance exclusivement en Dieu. C'est à Lui que vous devez soumettre les aspirations et les désirs de votre cœur. Votre vie entière doit être concentrée sur Lui, il n'y a rien d'autre à faire, livré à vos seules ressources vous êtes complètement impuissant, car n'êtes-vous pas Sa créature ? Tout ce qu'Il fait est pour le souverain bien. Vous n'êtes certainement pas apte à choisir vous-même ce qui vous est favorable. Pourquoi vous permettrait-Il, à vous qui êtes d'origine immortelle, d'aller vers ce qui appartient à la mort ?

Vous pouvez vous estimer bien heureux car, ainsi que vous le dites vous-même, Dieu vous a délivré des mâchoires de la mort et vous a préservé jusqu'à ce jour. Placez votre confiance en Lui Seul. Même les souffrances et les obstacles enfantés par vos désirs, doivent être les bienvennus comme étant véritablement le fruit de Sa bonté. Il ne sert à rien de s'agiter. S'il est indispensable que vous soyez impatient, soyez-le pour Dieu. « Jusqu'à ce jour je n'ai encore eu aucune réponse de Vous et un temps très précieux a été gaspillé en vain ». Ne permettez pas à votre pensée

et à votre corps d'être tourmentés par l'impatience dûe à des appétits terrestres.

78

A Lui qui vous a donné ce que vous possédez en ce monde, fortune, distinction, jeunesse — faites appel à Lui rien que pour Lui-Même.

Vous ne le pouvez pas ? Pourquoi ? Il le faudra bien ! En vérité, l'homme peut tout. Qui peut dire à qui il donnera et par quel moyen ? Tout est de Lui, entièrement de Lui. Qu'avez-vous apporté à votre naissance ? N'étiez-vous pas dépourvu de tout ? Et tout ce que vous avez acquis, est-ce réellement à vous ?

Tout lui appartient et tout ce qui lui arrive est de Sa volonté. Efforcez-vous de conserver cette attitude mentale. En disant « cela m'appartient », vous empoignez toutes choses — c'est ainsi que vous attirez des souffrances. Adressez-Lui vos prières, tout vient de Lui. N'aspirer qu'à Lui est la vraie prière.

Quelle peut bien être la valeur de tout ce que le monde peut vous procurer ? Au cours des années, n'avez-vous pas compris le cours inévitable des événements ? S'Il tient en réserve richesse, relations, ardeur juvénile, il tient aussi en réserve vieillesse, mort, maladies et pauvreté. Vous aurez à connaître tout cela. Dans ce monde il n'y a pas de bien-être permanent, ne voyez-vous pas surgir des détresses à chaque pas ? Ne pressentez-vous pas, même maintenant, à qui vous appartenez ? Votre terrible maladie, quelqu'un d'autre la supporte-t-il pour vous ? Quelqu'un d'autre peut-il même la partager avec vous ? Pourquoi toutes ces inquiétudes ?

Tout vient de Lui, tout est Lui ; votre seule ambition doit être de tout remettre entre Ses mains. Invoquez Son Nom, méditez sur Lui, qu'Il soit constamment présent à votre pensée. Ne demandant quoi que ce soit pour vous qui soit de ce monde, efforcez-vous de vous abandonner sans réserve entre Ses mains. En Lui n'existe aucune déficience d'aucune sorte, pas de douleur, pas d'agonie — en Lui tout est atteint, le sommet de l'accomplissement, le repos, la tranquillité.

79

En apprenant la nouvelle de la maladie de quelqu'un, Mataji envoya au patient le message suivant :

« Dépendez de Lui complètement. Dans n'importe quelles circonstances dans lesquelles vous puissiez vous trouver, nourrissez-vous uniquement de Sa pensée — Que ceci soit votre prière : Seigneur, Tu as aimé venir à moi sous la forme de la maladie. Accorde-moi la force de la supporter, arme-moi de patience et aide-moi à comprendre que c'est Toi qui demeure ainsi avec moi sous ce masque ».

80

Abandonnez-vous à Dieu en toutes choses sans exception. « Qu'Il fasse de moi ce qui Lui plaît ; moi qui ne suis qu'une de Ses créatures ». — Ceci doit être votre attitude mentale. C'est le désir personnel qui est la cause de la souffrance. Pourquoi vous laissez-vous abattre par la crainte de dépendre des autres ? Est-ce vous qui avez créé votre corps ? Celui à qui vous appartenez est libre d'agir avec lui selon Sa Volonté : qu'Il agisse donc à Sa guise. Essayez de votre mieux de vous tenir à l'écart et d'observer patiemment en spectateur. Quand le mental est à l'aise on se remet facilement de la maladie. Dans ce monde toujours en évolution qui est soutenu par Celui qui le fait tourner, est apparue une certaine calamité, que faire ? Quoique ce soit qui arrive, que Sa Volonté prévaille — vivez dans cet esprit. Dans votre condition présente, pensez à Lui seul constamment.

81

Que vous fassiez un effort pour établir un traitement médical est aussi l'expression de Sa volonté. Vraiment, Lui, l'Unique, est toute chose. Tu es, en vérité, la maladie, Tu es le remède et le pouvoir de guérir — dans tous les aspects et sous toutes les formes, seul Tu es.

82

Ecrivez-lui que très souvent son état préoccupe le *Kheyala* (1) de ce corps. Il faut que lui-même par sa propre volonté acquiert une plus grande force de caractère et regrette son attitude négative qui lui fait croire que jamais il ne pourra réussir. Au contraire, il faut qu'il soit certain que le succès est possible pour lui, qu'il réussira très certainement. Il devrait se dire à lui-même : « En quelque condition qu'il plaira à Dieu de me maintenir, je me résigne, je lui abandonne ce corps qui est à Lui ». Rien que cela. Parfaitement calme et avec sérénité il devrait passer la plupart de son temps allongé droit sur son dos, dans la pose nommée « pose d'un mort » (sâvâsana) en répétant silencieusement son mantra au rythme de sa respiration. *Il n'y a qu'un Brahman sans second.* — Voici ce qu'il y a à réaliser. Ecrivez-lui clairement que, pour lui, il n'y a pas la nécessité d'un intermédiaire.

(1) Généralement un événement psychique soudain et inattendu, qu'il soit désiré, voulu, attention, mémoire ou connaissance. Mataji, cependant, a donné à ce mot un sens plus étendu. Elle nomme Kheyala les actes incompréhensibles de l'Etre Suprême, tel p. e. le fait qu'Il divise Son Unité pour créer la multitude. Dans le cas de Mataji il n'existe pas d'Ego personnel duquel proviendraient ses sentiments et ses pensées. Quand elle emploie le mot Kheyala pour désigner sa propre personne, on doit le comprendre comme désignant un acte spontané de volonté qui est divine, par conséquent libre.

et à votre corps d'être tourmentés par l'impatience dûe à des appétits terrestres.

78

A Lui qui vous a donné ce que vous possédez en ce monde, fortune, distinction, jeunesse — faites appel à Lui rien que pour Lui-Même.

Vous ne le pouvez pas ? Pourquoi ? Il le faudra bien ! En vérité, l'homme peut tout. Qui peut dire à qui il donnera et par quel moyen ? Tout est de Lui, entièrement de Lui. Qu'avez-vous apporté à votre naissance ? N'étiez-vous pas dépourvu de tout ? Et tout ce que vous avez acquis, est-ce réellement à vous ?

Tout lui appartient et tout ce qui lui arrive est de Sa volonté. Efforcez-vous de conserver cette attitude mentale. En disant « cela m'appartient », vous empoignez toutes choses — c'est ainsi que vous attirez des souffrances. Adressez-Lui vos prières, tout vient de Lui. N'aspirer qu'à Lui est la vraie prière.

Quelle peut bien être la valeur de tout ce que le monde peut vous procurer ? Au cours des années, n'avez-vous pas compris le cours inévitable des événements ? S'Il tient en réserve richesse, relations, ardeur juvénile, il tient aussi en réserve vieillesse, mort, maladies et pauvreté. Vous aurez à connaître tout cela. Dans ce monde il n'y a pas de bien-être permanent, ne voyez-vous pas surgir des détresses à chaque pas ? Ne pressentez-vous pas, même maintenant, à qui vous appartenez ? Votre terrible maladie, quelqu'un d'autre la supporte-t-il pour vous ? Quelqu'un d'autre peut-il même la partager avec vous ? Pourquoi toutes ces inquiétudes ?

Tout vient de Lui, tout est Lui ; votre seule ambition doit être de tout remettre entre Ses mains. Invoquez Son Nom, méditez sur Lui, qu'Il soit constamment présent à votre pensée. Ne demandant quoi que ce soit pour vous qui soit de ce monde, efforcez-vous de vous abandonner sans réserve entre Ses mains. En Lui n'existe aucune déficience d'aucune sorte, pas de douleur, pas d'agonie — en Lui tout est atteint, le sommet de l'accomplissement, le repos, la tranquillité.

79

En apprenant la nouvelle de la maladie de quelqu'un, Mataji envoya au patient le message suivant :

« Dépendez de Lui complètement. Dans n'importe quelles circonstances dans lesquelles vous puissiez vous trouver, nourrissez-vous uniquement de Sa pensée — Que ceci soit votre prière : Seigneur, Tu as aimé venir à moi sous la forme de la maladie. Accorde-moi la force de la supporter, arme-moi de patience et aide-moi à comprendre que c'est Toi qui demeure ainsi avec moi sous ce masque ».

80

Abandonnez-vous à Dieu en toutes choses sans exception. « Qu'Il fasse de moi ce qui Lui plaît ; moi qui ne suis qu'une de Ses créatures ». — Ceci doit être votre attitude mentale. C'est le désir personnel qui est la cause de la souffrance. Pourquoi vous laissez-vous abattre par la crainte de dépendre des autres ? Est-ce vous qui avez créé votre corps ? Celui à qui vous appartenez est libre d'agir avec lui selon Sa Volonté : qu'Il agisse donc à Sa guise. Essayez de votre mieux de vous tenir à l'écart et d'observer patiemment en spectateur. Quand le mental est à l'aise on se remet facilement de la maladie. Dans ce monde toujours en évolution qui est soutenu par Celui qui le fait tourner, est apparue une certaine calamité, que faire ? Quoique ce soit qui arrive, que Sa Volonté prévaille — vivez dans cet esprit. Dans votre condition présente, pensez à Lui seul constamment.

81

Que vous fassiez un effort pour établir un traitement médical est aussi l'expression de Sa volonté. Vraiment, Lui, l'Unique, est toute chose. Tu es, en vérité, la maladie, Tu es le remède et le pouvoir de guérir — dans tous les aspects et sous toutes les formes, seul Tu es.

82

Ecrivez-lui que très souvent son état préoccupe le *Kheyala* (1) de ce corps. Il faut que lui-même par sa propre volonté acquiert une plus grande force de caractère et regrette son attitude négative qui lui fait croire que jamais il ne pourra réussir. Au contraire, il faut qu'il soit certain que le succès est possible pour lui, qu'il réussira très certainement. Il devrait se dire à lui-même : « En quelque condition qu'il plaira à Dieu de me maintenir, je me résigne, je lui abandonne ce corps qui est à Lui ». Rien que cela. Parfaitement calme et avec sérénité il devrait passer la plupart de son temps allongé droit sur son dos, dans la pose nommée « pose d'un mort » (sâvâsana) en répétant silencieusement son mantra au rythme de sa respiration. *Il n'y a qu'un Brahman sans second.* — Voici ce qu'il y a à réaliser. Ecrivez-lui clairement que, pour lui, il n'y a pas la nécessité d'un intermédiaire.

(1) Généralement un événement psychique soudain et inattendu, qu'il soit désiré, voulu, attention, mémoire ou connaissance. Mataji, cependant, a donné à ce mot un sens plus étendu. Elle nomme Kheyala les actes incompréhensibles de l'Etre Suprême, tel p. e. le fait qu'Il divise Son Unité pour créer la multitude. Dans le cas de Mataji il n'existe pas d'Ego personnel duquel proviendraient ses sentiments et ses pensées. Quand elle emploie le mot Kheyala pour désigner sa propre personne, on doit le comprendre comme désignant un acte spontané de volonté qui est divine, par conséquent libre.

83

Lorsque le Mahatma de Khanna (2), Sri Triveni Puri Maharaj quitta son corps, Mataji envoya le message suivant à son grand admirateur Sri Krishnanandaji Avadhuta :

« Sous l'apparence de l'union et sous l'apparence de la séparation Il demeure, le Soi Suprême ».

84

Où va celui qui part et d'où vient-il ? Pour ce corps (3) il n'y a ni allée ni venue. Ce qui existait avant existe même maintenant. Qu'est-ce que cela fait si l'on meurt ou si l'on reste en vie ? Même après la mort Il existe encore, alors pourquoi se sentir bouleversé ?

85

Qui appartient à qui que ce soit dans ce monde ? En accomplissant son *karma* particulier, chacun doit s'efforcer de parfaire le pèlerinage de sa vie en liquidant complètement son karma particulier. Ce qui vous arrive est ce qui se produit habituellement au cours du voyage à travers la vie ; ne vous permettez donc pas d'être tellement agité ! Comment le pèlerinage le long de son propre sentier peut-il porter des fruits si on est totalement noyé dans la tristesse et dans le deuil à cause de l'attachement à ceux auxquels on a été uni en ce monde transitoire ? Avec une vigueur sans borne et avec énergie on doit aller de l'avant vers la révélation de son vrai Moi. Les voyageurs sur le Sentier Suprême doivent lutter pour achever leur voyage ; la réalisation du Soi est le but et la fin.

86

C'est la volonté du Tout-Puissant qui prévaut en tout temps, telle est en vérité la loi de la Création. « Le Monde » (jagat) n'est qu'une ronde incessante de tristesse, de bonheurs temporaires et d'affliction : l'homme est né pour faire cette expérience. Ne voyez-vous pas que le monde n'est que cela en d'infinies variétés ?

Pour lui qui a achevé le dernier trajet de sa vie avec le nom de « Durga » sur ses lèvres, il ne devrait y avoir ni chagrin, ni larmes ; quoiqu'il arrive faites de votre mieux pour conserver cette attitude. S'il faut que vous pleuriez, pleurez pour Dieu. Béni soit celui qui dans son dernier soupir prononça le nom de Dieu. Il faut s'efforcer de maintenir sa pensée concentrée sur Ses Pieds. Priez pour la grâce du *Gourou* et souvenez-vous constamment de Ses Pieds de Lotus.

(2) Khanna est une petite ville de l'Est du Punjab.
(3) Mataji.

87

Le voyage de la vie doit inévitablement se dérouler de la manière que vous avez décrite. Scrutez chaque foyer et voyez combien de personnes n'ont jamais connu de deuils. C'est pourquoi la seule manière de sortir de cette misère est la voie de la réalisation du Soi.

88

Dans chaque foyer Dieu est présent sous une infinité d'apparences. Pour la même raison pour laquelle quelqu'un est entré dans la vie, il lui faut à nouveau la quitter tôt ou tard. Aussi longtemps que l'on vit en famille, cette peine brûlante et terrible est inévitable, il en est de même dans toutes les familles. Existe-t-il un baume pour adoucir cette agonie qui vous consume et qui soit autre que de prendre refuge en Celui de Qui toutes choses émanent, par Qui elles sont atténuées et en Qui elles seront finalement résorbées ?

89

Ne soyez pas affligé parce que vous êtes privé de sa présence physique. Il est du devoir de celui qui est le plus cher et le plus proche du disparu, de prier pour sa progression dans l'au-delà. Néanmoins si les larmes jaillissent de vos yeux parce qu'il a quitté son corps, pleurez alors en invoquant Dieu. Pleurer pour Dieu est l'unique et le seul espoir d'un chacun. De même remplissez aussi parfaitement que possible les devoirs prescrits par le « *Sästras* » (écritures sacrées des Hindous) pour la femme et le fils du décédé.

90

Que peut-on espérer de ce monde dont la nature essentielle est un constant écoulement ; les temps sont toujours changeants. Vivre dans le temps c'est en être le prisonnier — de la mort (1). Si vous ne vous élevez pas au-dessus du temps, comment pouvez-vous échapper aux griffes de la mort ? Si le temps n'avait pas entraîné avec lui au loin les instants de cette souffrance atroce, resterait-il encore une quelconque vie dans votre corps. Ainsi vont les choses de ce monde. Ce que vous avez éprouvé arrive constamment à chaque famille sous une forme ou une autre. Consolez-vous avec la pensée que le monde est ainsi fait.

Quand on réside dans une contrée qui n'est pas la sienne, comment peut-on éviter les difficultés qui sont le lot des étrangers ? Votre Patrie est là où il n'est pas question de détresse et de souffrance, de violence et de haine, pas question d'éloignement ni d'opposition de lumière et d'obscurité. L'effort pour

(1) *Kala* signifie à la fois « temps » et « mort ».

se retrouver dans son foyer réel, dans sa vraie nature, est le seul devoir de l'homme. Le courage et la fermeté sont ce que l'on exige de lui.

91

En apprenant la mort de la mère d'un disciple Mataji dit : « Ecrivez à mon ami : Qu'elle est heureuse, qu'elle est bénie (2) de s'être élevée au séjour de paix, laissant derrière elle son époux, son fils et ses filles. Il n'est pas juste de pleurer et de gémir sur la perte de son corps, quoiqu'il soit naturel que coulent les larmes. Il faut que vous vous armiez de courage. De même que les parents sont toujours désireux de faire le bonheur de leurs enfants, leur bien, il est du devoir également des enfants d'observer une attitude similaire à l'égard de leurs parents. Les êtres humains qui n'ont pas atteint le But final, mais qui luttent encore sur le parcours et dans la vie de ce monde, s'identifiant avec le corps, se font à eux-mêmes beaucoup de mal en s'agitant et en pleurant d'angoisse ; il est vrai que c'est une souffrance profonde. Ceux qui sont morts n'ont pas les moyens de s'exprimer, même s'ils sont troublés par cette angoisse. Personne ne désire causer de désespoir à ceux qu'on aime. Rappelez-vous : Votre mère est vous-même, celle qui vous a fait naître — sa paix devrait être votre paix. Ce qui est arrivé a été dispensé par Dieu et tous les hommes Lui appartiennent. Où et comment, sur quelle voie et dans quelles conditions, Il maintient chacun dépendant de la Volonté du Tout-Puissant.

Ne laissez pas votre père se rendre compte que vous êtes déprimé. Servez chacun d'une manière plaisante et pleine de grâce. Sentez que Dieu vous a confié le soin de votre famille. Faites en sorte que votre père ne devienne pas mélancolique. De voir le chagrin sur le visage de ses enfants intensifiera grandement son malheur. Soyez attentif à cela, ayez soin de vous dominer en sa présence.

92

En apprenant la nouvelle de la mort accidentelle du fils d'un disciple, Mataji dit :

« Ecrivez à ses parents qu'il n'y a rien à faire pour eux à présent que de demeurer courageux et de supporter leur tragique séparation avec une force courageuse et avec calme. Telle est la loi de la Création de Dieu. Dans certains cas des événements de ce genre sont le fait d'une malédiction spéciale. Le cours de la vie dans le monde est en effet fait de joies et de peines, car l'homme est né pour moissonner le fruit de ses actions passées. C'est pourquoi ayant eu la faveur de naître dans un corps humain, il est du devoir de chacun de

(2) En accord avec la tradition Hindoue, il est de très bonne augure pour une femme de mourir pendant la vie de son mari et de ses enfants.

poursuivre sans cesse le chemin qui mène au-delà du plaisir et de la peine. En vérité en annihilant le malheur par le malheur, Dieu souvent attire les hommes vers lui.

Que vous ayiez été plongé aujourd'hui dans un océan de chagrin à cause du décédé et quoiqu'il ait eu à souffrir lui-même, il vous faut interpréter cela comme étant le résultat d'un *karma* très grave. Néanmoins vous devez garder à l'esprit que même à travers cette atteinte terrible, il est en train d'avancer sur son chemin dans l'au-delà. Priez Dieu pour le bien de son âme. Etant le rejeton d'une famille religieuse, il a eu constamment le privilège d'une certaine quantité de satsang (compagnie de sages, saints et chercheurs de la Vérité ou la compagnie physique actuelle. Pris au figuré, la lecture des Ecritures Saintes ou la vie des saints. De même des réunions religieuses. Dans son sens le plus large, la pratique de la présence de Dieu). Vous savez, père, que le Soi est indestructible et que seul le corps est sujet au changement et au dépérissement.

Que ce corps (1) ne parle généralement pas du passé et du futur, vous le savez bien, père et mère. Si l'occasion se présente, l'un et l'autre vous pourriez essayer de faire un pèlerinage. Même si vous souffrez d'une insupportable agonie de la perte de votre fils, il est impérieux d'essayer de vous calmer en gardant Dieu présent à votre mémoire et en Le contemplant. De même, chacun de vous, cherchez à lire tous les jours un court passage de Srimad Bhagavata (un des principaux 18 puranas, traitant des Avatars de Vishnou, spécialement et avec plus de détails de la vie de Sri Krishna) ; lorsque vous aurez terminé le livre entier, recommencez à nouveau par le commencement, et ainsi de suite. En lisant imaginez que votre fils est à vos côtés ».

93

Le message suivant a été envoyé à quelqu'un qui avait jeté son cordon sacré à cause de son chagrin à la suite de la mort d'un parent bien-aimé : « Ainsi vous avez rejeté votre cordon sacré. Ah ! ah ! Il faut naturellement que vous fassiez ce qui vous rend la paix. Dans ce monde quand un homme meurt, sa femme ne l'accompagne pas, pas plus qu'un mari n'accompagne sa femme au moment de son décès ; pas plus que le fils suive volontairement son père mourant. Pourquoi une personne pourrait-elle suivre volontairement ses êtres chers lorsqu'ils quittent ce monde ? Il est évident que cela va de soi. Chacun doit vivre sa vie en conséquence des résultats de ses œuvres passées.

Maintenant que ce malheur vous a atteint, avez-vous cessé de manger, avez-vous abandonné votre femme et vos enfants ? Vos amis et vos parents ? Avez-vous cessé de porter des vêtements, de dormir, de parler à vos proches ? Il est vrai que vous

(1) Mataji.

avez été plongé dans un océan de malheur. Mais qui avez-vous réellement perdu lorsqu'il mourut ? Seulement votre cordon sacré ? Ce que vos parents vous ont donné d'amour et d'estime et qui constitue une aide si puissante vers la réalisation du but éternel de la vie humaine ! Si aujourd'hui vous recommencez à porter votre cordon sacré en l'honneur de celui qui a quitté ce monde, cela maintiendra vivante sa présence en votre cœur. Vous aviez accepté par amour pour lui ce symbole de tout ce qui nous aide à atteindre l'immortalité. De rejeter le cordon sacré après l'avoir porté est une cause de profond regret pour un homme ordinaire et vous pourriez certainement continuer à le porter en mémoire du disparu.

On ne devrait pas prier Dieu pour une personne quelconque, toute prière devrait être seulement pour Celui dont la possession entraîne celle de toutes choses. Le port du cordon sacré a aussi cet objet en vue ».

94

Si vous ne cherchiez pas Dieu, vous pourriez pour votre bon plaisir, rejeter n'importe quoi. Pourquoi ne serait-ce que le cordon sacré ? Le désir de suivre de pareilles impulsions, naîtra très probablement dans ceux qui n'aspirent pas à Dieu pour Lui-même, qui ne L'aiment pas. Telle est leur attitude envers la vie, les penchants naturels de leurs inclinations. Si vous avez le pouvoir de détruire, pourquoi n'êtes-vous pas arrivé à détruire tous les obstacles qui vous limitent. Personne n'a par lui-même le pouvoir de supprimer ne fut-ce qu'un brin d'herbe. Seule Sa Volonté, la Volonté du Tout-Puissant peut l'emporter. Il est vrai qu'à certains moments l'homme a à souffrir ; mais dans ce cas aussi, la Source de Bénédictions agit pour le vrai bien de l'homme. Il est cependant difficile et troublant pour un homme ordinaire de comprendre ceci.

Etre sans le cordon sacré, sans le gayatri, est défavorable et nuisible pour un Brahman. Dans quelle mesure êtes-vous capable de juger quelle est la voie que vous avez à suivre. Tout ce que Dieu Lui-même fait pour vous est entièrement bienfaisant. De Dieu seul doit être parlé, tout le reste n'est que souffrance et futilité.

95

Ainsi va la vie de ce monde. Armé de courage comme un héros, vous devez entreprendre de vous calmer. Il n'y a pas réellement d'autre espoir de paix que dans la contemplation de Dieu. Que ceci soit votre ferme conviction. En toute circonstance le devoir de l'homme est de rechercher refuge en Lui qui crée les lois de toutes choses. Votre seule ambition devrait être de cesser de gémir et de vous lamenter pour la présence physique du disparu. Ceci est un voyage que chacun, sans exception, doit accom-

plir et il faut que chacun s'y prépare. Ceux qui ont été accueillis dans Ses bras devraient être entièrement abandonnés à Lui.

Voyez à travers ceux que vous servez, l'Etre Suprême. Remettez-vous-en absolument à Lui.

96

Essayer d'évoquer l'esprit d'un mort n'est pas à conseiller. Très souvent quelqu'autre répond, et l'individu ordinaire est incapable de distinguer entre une manifestation authentique et un truquage. C'est pourquoi c'est dangereux. Quelqu'un qui prit part à des séances de spiritisme devint fou. Il continua d'y assister contre le désir de sa mère. Entrer vraiment en contact avec l'esprit d'un mort est difficile pour une personne ordinaire. Ne permettez pas à votre esprit de s'occuper de telles choses. Au niveau de Soi (Atma) vous êtes un avec votre fille décédée. Dans ce monde le bonheur alterne avec le chagrin. Souvenez-vous que, en tant que Soi (Atma), elle est avec vous. Ceci est la vérité, ce n'est pas une fiction. La naissance et la mort arrivent pour accomplir la Volonté Divine. Dans toutes les formes et toutes les circonstances, il n'y a de Réel que Lui seul.

97

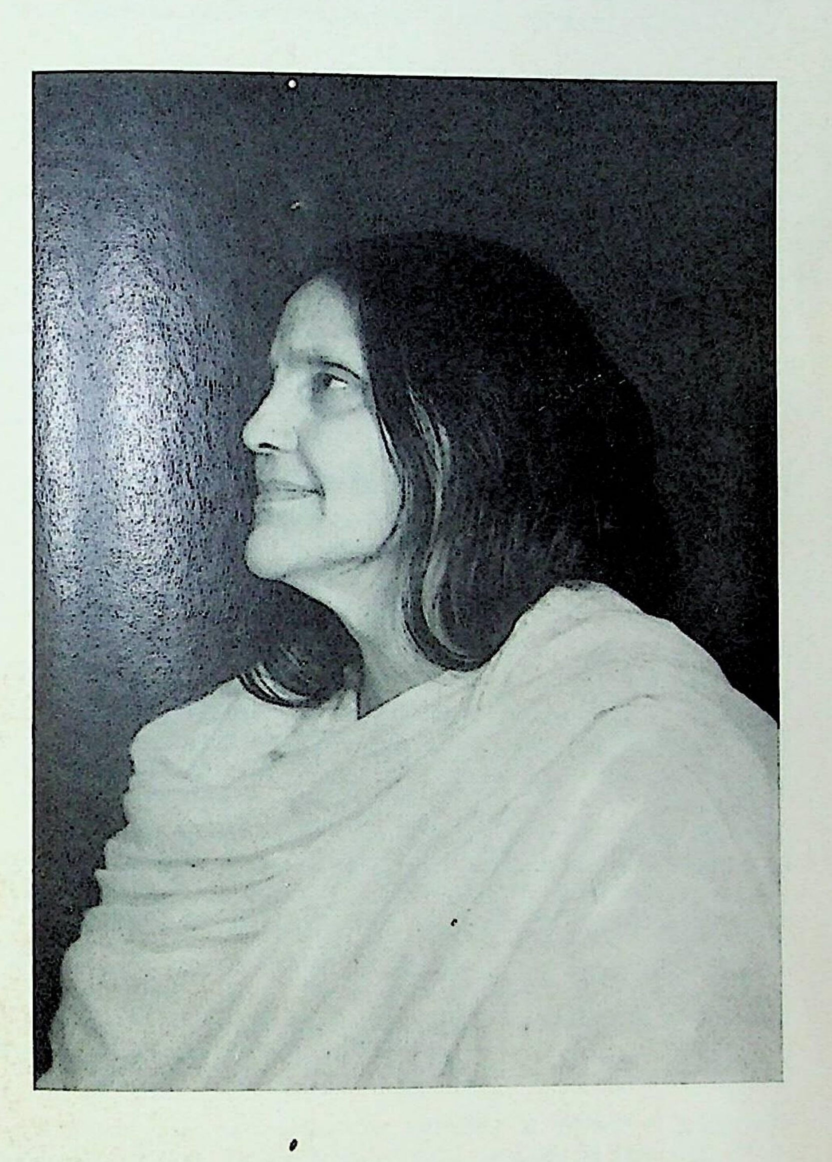
Le Saint Nom du Divin est en Lui-même le rite exorcisant les influences indésirables. Les fantômes et les mauvais esprits ne peuvent subsister en la présence du Nom Divin.

98

Ne vous abandonnez pas à votre penchant à penser aux fantômes et aux apparitions ; fixez plutôt votre pensée sur le Nom Divin exclusivement et méditez sur Lui. En la présence de Son Nom aucun autre pouvoir ne peut agir. C'est la vérité, soyez-en fermement convaincu. Dès l'instant où vous recourrez au Nom Divin, vous devez sentir qu'aucun pouvoir de moindre importance ne peut vous toucher. Si à ce moment vous ressentez une inquiétude physique, soyez tout à fait certain que c'est uniquement une réaction du corps.

99

Quand il se retire pour la nuit, il doit répéter le Nom du Seigneur et s'endormir en le faisant. Si, malgré cela, il est angoissé, qu'il place un livre sacré comme la *Bhagavad Gita*, le *Candi* ou le *Ramayana* près de sa tête. De plus il doit sans cesse entretenir en lui le flux du Nom Divin et se souvenir que là où sont les Ecritures, Il se trouve Lui-même et qu'aucune peur quelle qu'elle soit ne peut exister en Sa Présence.



AUTRES OUVRAGES SUR SRI ANANDAMAYEE MA

— MOTHER AS REVEALED TO ME, by " Bhaiji .... 1 $ 50

— WORDS OF SRI ANANDAMAYI MA, by " Bhaiji .. 1 $ 50

— MOTHER AS SEEN BY DEVOTEES, by " Bhaiji .... 3 Rs

Périodique trimestriel :

— ANANDA VĀRTĀ, abonnement par avion .... 1 £ 10-0

Ecrire à : THE SECRETARY, SHREE ANANDAMAYEE SANGHA, BHADAINI, VARANASI U. P. Indes.

100

Le Soi, en lui-même contenu, ne faisant appel qu'à Lui-même pour Sa propre Révélation — ceci c'est le bonheur.

101

Le désir intense pour la réalisation de Dieu est lui-même la voie qui y conduit.

102

Dieu, le Soi, est tout-pénétrant. Où n'est-Il pas ? Dans toutes les formes et dans le sans-forme, dans tous les noms et dans le sans-nom, dans tous les lieux et toutes les conditions, en tout temps Il est. Quand le désir de la Réalisation s'éveille, c'est en fait une manifestation de Lui, l'Un indivisible. Puisque tous les noms sont Siens vraiment, Il répondra à n'importe lequel d'entre eux. Le désir aigü d'atteindre le But doit être éveillé. Le fait même que la réalisation du Soi soit le but de quelqu'un, signifie chercher et trouver.

103

Que cela vous plaise ou non, vous aurez à faire de l'Eternel votre compagnon constant : exactement comme un remède qui doit être pris. Sans aimer Dieu vous n'arriverez à rien. Souvenez-vous de ceci tout le temps.

104

Si vous êtes capable d'aimer Dieu réellement — c'est l'achèvement de tout amour.

105

Soyez vrai de toutes les manières. Sans pureté on ne peut avancer vers Dieu.

106

Dites la vérité à tous. Cachotterie, ruse et déception sont équivalentes à tromperie. Elles ne font qu'infecter l'esprit et vous envoient à la dérive sur un océan de douleur.

Une vie vraie, pure et sainte tend vers la joie et le suprême bonheur.

107

La Vérité elle-même aidera en tout cas celui qui va de l'avant à la recherche de la Vérité.

108

Personne ne reste heureux pendant le voyage à travers la vie en ce monde. Le pèlerinage vers le But de l'existence humaine est la seule voie vers le bonheur suprême. Essayez de marcher sur ce sentier qui est le vôtre, où il n'est question ni de plaisir, ni de peine, le sentier qui conduit à la libération de l'égoïsme et à la félicité la plus haute.

109

Chacun court après le bonheur et la jouissance. Pourtant le bonheur suprême et la félicité sont toujours « là » et nulle part ailleurs. Ce qui est éternel doit être découvert et alors la question d'aller à la recherche de quelque chose ne se pose pas.

110

Soyez affermi dans l'intrépidité. Qu'est-ce que la vie terrestre, sinon la peur ? Quand vous vivez sous l'étreinte de la peur, pouvez-vous ne pas être effrayé ? Il est vain alors d'espérer l'intrépidité. Pour être délivré de toutes les souffrances, vous devez vous efforcer de faire de Dieu votre seul et unique soutien.

111

Renoncer à la sécurité que donne la vie de famille (*Grihastha Asrame*) (1), dans le but de consacrer ses jours totalement à la Quête Suprême, c'est difficile.

Si vous en êtes capable — très bien. Mais examinez attentivement les inspirations qui viennent de l'intérieur. Que *SA* Volonté soit faite !

112

Comment peut-on être un être humain sans courage ? Pour atteindre la Vérité on doit supporter toutes les difficultés, en restant toujours patient. Ce sont les obstacles qui donnent naissance à la patience.

113

Ceux qui suivent ce sentier long et difficile, soutenus par une profonde aspiration à la vision de l'Etre Suprême, ne peuvent le faire que par Sa Grâce. Prendre refuge dans la patience est la seule attitude acceptable. On ne doit jamais perdre l'espoir. Où que vous puissiez être placé et quelles que soient les circonstances, que votre pensée soit centrée en Lui et en Lui seul.

114

Ecrivez à mon ami et dites-lui qu'il doit avancer sur le sentier sur lequel on trouve la paix. Il aura certainement à entreprendre le pèlerinage vers ce lieu où la mort n'existe pas, ni la décrépitude, mais où tout est toujours présent. Qu'est-ce qui meurt et qu'est-ce qui revêt l'apparence de la mort ? Tant que ces choses ne sont pas connues par la perception directe, il ne peut y avoir délivrance de cet océan de douleur. Que mon ami lutte sans cesse pour demeurer en la présence de Celui dont le souvenir met à jamais fin à la souffrance.

(1) *Grihastha Asrama :* d'après le système Hindou, la vie humaine est divisée en quatre stages successifs ou ashrams, considérés du point de vue du pèlerin sur le sentier de la spiritualité. Le Grihastha Ashram de l'homme marié est le second stage, précédé par le Brahmacharya de l'étudiant célibataire.

115

Un pèlerin sur le sentier de l'immortalité ne contemple jamais la mort. Par la méditation sur l'Immortel, la peur de la mort se dissipe, rappelez-vous ceci ! Dans la mesure où votre contemplation de l'Unique devient ininterrompue, vous avancez vers la Réalisation totale sans faille.

116

Celui qui aspire à Dieu Le trouvera, et pour l'homme qui L'a trouvé, la mort meurt. On doit tourner son regard vers la vision de Dieu qui est la mort de la mort et s'efforcer de maintenir son esprit absorbé continuellement dans des activités ou des pratiques qui puissent le préparer à une telle vision. Vous ne savez pas sous quelle forme ou de quelle manière Dieu est avec vous. Essayez toujours d'employer les vingt-quatre heures du jour dans la contemplation et la pensée de l'Etre Suprême, dans la répétition du Nom Divin ou l'étude des livres de sagesse. Que ce soit par quelqu'une réalisation, par une communion divine ou par une vision, que ce soit même par des larmes versées en soupirant vers Lui, l'Unique fait sentir Sa Présence en temps voulu. Efforcez-vous de garder votre esprit fixé sur Sa pensée et prêt à percevoir ses touches sous toutes les formes et les modalités d'être. Le jour qui est parti ne reviendra pas. Essayez d'utiliser au mieux chaque moment précieux, en étant toujours centré sur la réalisation de votre propre Soi.

117

Quand vous avez commencé à apprendre à lire et à écrire, vous n'avez sûrement pas examiné le pour et le contre, n'est-ce pas ? Vous avez accepté ce qui vous était dit.

Même si toutes sortes de pensées critiques s'élèvent, rappelez-vous qu'elles sont seulement dûes à votre manque de compréhension. Elles ne sont certainement pas la conséquence de la sagesse pure. Essayez d'accepter le plus possible de ce qui se présente et comme il convient aux circonstances. Chassez la paresse et faites un effort. Il est naturel pour l'esprit de trouver toutes sortes de raisons pour ne pas faire le *sâdhana* (exercices spirituels dans le but de se préparer à la réalisation du Soi) ; cependant votre but doit être de persévérer. Rejettez les pensées telles que : « Je ne serai pas capable de le faire ; ce ne sera pas possible ».

La souffrance n'est que pour le corps. Malgré toutes sortes de peines les personnalités officielles et les hommes d'affaires s'occupent de leur travail. Comme ils prennent de la peine ! Comme ils trouvent du temps pour tout ! Plus vous pourrez purifier votre esprit, le rendre transparent, plus grandes seront vos possibilités de progrès spirituel.

118

C'est la fleur pure, immaculée qui trouve place aux pieds du

Seigneur et nulle part ailleurs. Prenez grand soin de passer votre vie en une pureté sans tache, méritant d'être dédiée au culte du Seigneur. Parlez de Lui, méditez sur Sa gloire, essayez de Le voir en chacun, Lui qui est le Soi, le souffle de vie, le cœur des cœurs. Vous vous sentez seul ? En vérité vous n'êtes pas seul. L'Ami Suprême abandonne-t-Il jamais Ses amis ?

119

Ishvara, le Seigneur du monde n'est pas une chose que l'on perçoive avec les sens ou que l'on saisit mentalement. En contemplant le Divin, on gagne la paix. Dieu Lui-même vous attire vers Lui.

120

Cela qui a fait naître en vous la recherche spirituelle et qui vous a créé ainsi que tout ce qui est manifesté, est *Ishvara*, le Seigneur de l'Univers.

Soyez certain qu'il y a un moyen de l'approcher même par la notion de profits et de pertes : ne pas aspirer à la réalisation de Dieu est perte et y aspirer est gain — quoiqu'Il soit lumineux-en-Soi (et par conséquent aucun effort ne peut provoquer l'illumination). Lui et Lui seul est l'unique chose nécessaire, tout le reste est vain. Sans Lui, l'homme ne peut vivre, quel est l'endroit où Il n'est pas présent ? C'est pourquoi Le quitter est impossible, Il ne peut être exclu. Parce qu'Il est tout en tout, telles sont les modalités et la nature de Son jeu. Ce sont vos illusions (*moha*) qui vous Le font oublier. Tous les maux ne sont dûs qu'à l'ignorance.

Si l'homme s'efforce de vivre dans le monde conformément au *dharma* (devoir religieux), les prescriptions de la religion et de la rectitude, il surmontera petit à petit sa tristesse et progressera dans la paix. Sans Lui la Paix Suprême ne peut être atteinte.

121

En toute chose et en chacun il n'y a que l'Unique Lui-même. Essayez d'être constamment conscient du fait que, quoique ce soit qui soit aperçu à n'importe quel moment, de n'importe quelle manière, n'est que la manifestation de l'Etre Suprême. Comment celui qui perçoit peut-il être exclu ? L'exclusion et la non-exclusion ne sont aussi que Lui. Même le sentiment de l'absence de Dieu est Sa manifestation — afin que Sa Présence puisse être réalisée.

122

Nous ne devrions pas permettre à notre attention de vagabonder ; mais elle doit s'attacher à un but ou à un objet particulier. En conséquence, nous aurons à choisir pour débuter, un objet qui convienne à notre *sàdhana* (engagement religieux). Vivre dans la solitude signifie être uniquement en compagnie

de son Bien-Aimé, n'est-ce pas, père ? Ce n'est que lorsqu'on est sans attache, sans soucis et sans inquiétudes que l'on peut être délivré des conflits et des perplexités. Ecrivez-lui qu'il n'a aucune raison de se tracasser. La grâce du Seigneur s'écoule sans cesse en tous temps. Une personne qui a fait de la réalisation de Dieu le seul et unique but de sa vie, a déjà trouvé refuge en Lui — même si, au moment présent, Il se manifeste par Son absence.

123

Maintenez vos pensées sur les choses Divines (*Hari Kathà*). Lui abandonner votre esprit, votre cœur et votre corps, à Lui qui en est le Seigneur, donne la paix ; mais compter sur la paix provenant du monde, n'apportera à coup sûr que de la douleur. Essayez de vivre une vie de sainteté et de simplicité, en d'autres mots, soyez établi dans la piété et la vertu. Pourquoi disperser l'esprit et le corps dans des tracas inutiles ? Il agit infailliblement pour le mieux. Pourquoi attirer la tristesse en donnant asile seulement à l'envie et au désir ? En quelques circonstances que vous soyiez placé, dites-vous : « C'est très bien, ceci m'était nécessaire ; c'est Sa manière de m'attirer à Ses pieds », et essayez de rester content. Votre cœur doit être possédé par Lui, uniquement.

124

Quand il y a effort constant pour être de plus en plus conscient de CELA qui EST, on peut espérer qu'en temps voulu cette conscience deviendra permanente.

125

Maintenez-vous toujours dans un état favorable à la contemplation du Divin. C'est ainsi que votre esprit recevra l'aliment qui lui est nécessaire.

126

Qui suis-je ? Par cette attitude, efforcez-vous de situer votre pensée en-dehors de votre vie et qu'elle en soit le témoin. Recherchez votre Soi. Restez plongé dans la méditation aussi longtemps que possible, devenant très calme, ferme et pleinement concentré.

127

Tout au long des vingt-quatre heures, demeurez dans la conscience de la Présence de Dieu. Ce n'est qu'ainsi que vous pourrez espérer Le réaliser. Qui peut prévoir quel moment Il choisira pour Se révéler Lui-même ? C'est pourquoi on doit toujours rester vigilant.

128

Que vos pensées demeurent constamment en la Réalité Suprême — efforcez vous de laisser votre esprit s'absorber en CELA.

En tous temps que vos paroles soient vraies, sans faire de concessions à la discipline de soi et vouez-vous à l'étude de livres de sagesse et au *satsang*. Chérissez la compagnie de ceux qui peuvent être des aides dans votre recherche, évitez ceux qui vous en distraient — en d'autres mots, tenez fermement au bien et évitez ce qui donne seulement du plaisir. Si vous vivez dans cet esprit, l'aide dont vous avez besoin viendra à vous tout naturellement — sans que vous ne la demandiez.

129

Il faut consacrer jour et nuit à la recherche de Dieu (*sàdhanabhajana*). Le désir d'atteindre Dieu doit être développé au suprême degré. Etre un être humain implique la proéminence absolue de la recherche du Soi. A l'exception des moments limités employés aux devoirs familiaux, tout votre temps doit être consacré au *japa*, à la méditation, à la lecture de livres religieux, à l'adoration, à la prière, à l'engagement. Jusqu'à en pleurer, aspirez à Dieu, pour le seul amour de Lui. Si l'occasion se présente, participez au *satsang*. Lorsque cela n'est pas possible, efforcez-vous de conserver constamment en vous le sentiment de Sa Présence, incluse dans le tabernacle de votre cœur.

130

L'homme a pour devoir de rechercher la compagnie de saints, de sages et d'aspirants à la Vérité. De telles fréquentations l'aideront à éveiller son intérêt pour la Réalité. Le profit sera d'autant plus grand, qu'il recherchera davantage et ardemment l'amitié d'êtres spirituels.

131

S'associer aux pèlerins sur le sentier de la réalisation du Soi, signifie s'ouvrir au bon sens, au juste discernement. Mais le fait de suivre le mauvais chemin, conduit à la dispersion et à l'instabilité.

132

Au cas où l'occasion de se trouver en compagnie physique de saints et de sages ne se présentait pas, il conviendrait de méditer sur *Vasudeva*, le Divin Habitant de chaque cœur humain. En cherchant à percevoir Sa Présence, on se prépare à Elle. Il faudrait choisir les activités et les fréquentations aptes à vous ouvrir à des pensées et à des aspirations divines (*sad bhàva*).

133

De même que l'on ne peut acquérir les connaissances terrestres enseignées dans les universités sans l'aide de professeurs et de personnes expertes, la connaissance sublime de l'Absolu ne peut s'acquérir sans l'aide d'un *Guru* compétent. Le grand problème est de Le trouver, que se soit pour le progrès spirituel, pour la libération ou pour quelqu'autre raison, aussi insignifiant que cela puisse paraître.

134

D'une manière ou d'une autre, la Grâce du *Guru* doit être obtenue. Jusqu'à ce que le *Guru* ait été trouvé, il est du devoir de l'homme de l'invoquer et d'essayer de réaliser Dieu en considérant toutes les formes comme étant Sa Forme, tous les noms comme étant Son Nom, et tous les modes d'être comme Siens.

135

Si vous pouvez vous consacrer uniquement au but voulu et rester concentré sur lui avec une inflexible fermeté, vous tiendrez bon en dépit de tout ce qui pourrait s'y opposer. La nature du milieu dans lequel on vit et les gens que vous fréquentez dans ce monde particulier, exerceront naturellement une influence puissante sur l'esprit et le caractère. Lorsque on est entré en contact étroit avec son vrai *Guru* — à condition qu'Il ait laissé s'établir cette étroite relation — la responsabilité de vos propres actions ne vous incombe plus, car Il peut tout. Quelle que soit la manière qu'Il choisisse pour donner Son enseignement à une personne particulière — (car parfois on enseigne à un enfant à marcher en le tenant par la main et d'autres fois en le laissant à lui-même) — le but sera toujours le même et dans tous les cas, car le disciple est le propre enfant du *Guru*. Il choisit Lui-même Ses méthodes par lesquelles Il attirera Ses enfants, la méthode la mieux adaptée à chacun. Telle est Sa volonté libre et absolue. Ceux qui, prenant eux-mêmes leurs propres responsibilités, veulent juger les choses en fonction de leur propre niveau, moissonneront les conséquences de leur manière d'agir. Il est évidemment très difficile pour une personne ordinaire de comprendre toutes choses, car elle ne sait pas quel déroulement est le bon et pour quel but. C'est pourquoi l'Unique lui apparaît sous forme de déception et d'échec.

136

Plaçant votre confiance en vore *Guru*, pratiquez le mantra-semence que vous avez reçu de Lui et contemplez le Bien-Aimé (Ista). Il est impératif d'avoir une foi ferme en son *Ista* particulier. A quoi cela sert-il de chercher l'initiation encore et encore ? N'est-il pas plutôt de la plus grande importance de lutter frénétiquement pour la révélation totale de la forme (1) sous laquelle Il s'est manifesté Lui-même à vous ?

Chaque fois que cela vous sera possible, assistez au *Satsang*.

137

A la question demandant si *Diksa* (l'initiation par *mantra*) est nécessaire, Mataji répondit :

« Quand *Diksa* est nécessaire cela arrive à l'heure voulue. On

(1) Le *mantra* donné par le *Guru* et l'*Ista* particulier ne font qu'un, le mantra étant l'aspect sonore et l'*Ista* l'aspect formel d'une seule et même entité. (*Ista* est le Dieu particulier de chacun).

doit essayer de fixer inébranlablement sa pensée sur Dieu et avoir la foi invinsible qu'Il fera tout le nécessaire au moment voulu ».

138

La perception de la Puissance Divine peut être obtenue par n'importe quel moyen convenant à un être donné. Dans le cas où l'on en ressent le besoin, on peut la recevoir par l'initiation (diksa) ou bien par l'apposition des mains du *Guru*. Le moyen que l'on choisit pour développer sa capacité de vivre une vie consacrée à Dieu, est sans importance. Ce qui compte seul, c'est de rester totalement absorbé dans la contemplation de Sa Présence et d'en tirer des félicités. En effet, cela est une source de grande joie.

139

Il est évident que l'on conçoit toujours plus de félicité en pratiquant le *yoga*. Aussi longtemps que l'Unique ne S'est pas révélé, on sera exposé à des distractions. Mais seul le *Guru* peut dire si l'on est vraiment ou non, sur la bonne voie. Se transformer signifie que l'intérêt dans les choses du monde a perdu son emprise. Le progrès dans la vraie félicité est proportionnel au détachement des biens matériels.

140

On doit continuellement s'engager dans le *Japa* silencieux. Il ne faut pas perdre inutilement son souffle ; chaque fois que l'on n'a rien de particulier à faire, on doit pratiquer silencieusement le *Japa* au rythme de sa respiration — en fait cet exercice doit se faire continuellement jusqu'à ce que le *japa* soit devenu aussi naturel que de respirer.

Lire des textes sacrés et des livres de sagesse a une grande valeur. Dites la vérité. N'oubliez jamais que le Nom Divin, c'est LUI, LUI-même sous une certaine forme ; que ce soit votre compagnon inséparable. Essayez tant que vous pourrez de ne jamais rester sans Lui. Plus vos efforts pour demeurer en Sa Présence seront intenses et continuels, plus grande sera la possibilité de vous développer dans la joie et la sérénité. Si votre esprit est vide, essayez au moins de le remplir de la conscience de Dieu et de Sa contemplation.

141

On pourrait dire : Quel mal peut-il y avoir à faire *kirtana* (1) *japa*, des méditations etc... en commun avec d'autres ? Mais sentir l'attraction vers d'autres compagnons constitue un obstacle. Cela amène naturellement l'instabilité. De plus, si le désir d'être la tête ou le chef de l'assemblée se cache ou se manifeste en soi, c'est également nuisible. Cela est valable aussi bien pour les femmes que pour les hommes. Si vous demandez conseil à ce corps, il vous dira de vous tenir tranquille quelque part et d'y pratiquer le *Sadhana* en sincère et fervant aspirant et, avant tout de com-

(1) *Kirtana :* déclamer ou chanter le Nom ou la Gloire de Dieu.

bler votre propre vide ; alors le trésor que vous aurez accumulé en vous, cherchera de lui-même une issue et se communiquera ainsi à d'autres. Tandis que, si vous commencez dès le commencement à prodiguer le bien, en servant et en donnant des instructions spirituelles aux autres, vous vous serez bientôt vidé vous-même et le regret ne manquera pas d'en être la conséquence. Naturellement si votre but est de servir et d'enseigner, ce sera tout différent. Mais si vous voulez atteindre la perfection votre procédé n'est pas le bon, car il crée des obstacles. Ce corps persiste à dire que vous devez vous en tenir à celles des deux voies que vous préférez. Changer d'opinion encore et toujours ne mène nulle part. Ce que l'on doit faire doit être fait avec une pleine concentration. S'étant détourné des plaisirs du monde et ayant commencé à avancer vers le But de toute vie humaine, on devrait s'efforcer d'atteindre à la Réalisation de son Soi.

142

C'est en cherchant à connaître son Soi que l'on peut trouver la Mère Divine.

143

Votre mère peut ne pas extérioriser son affection pour vous — elle reste malgré cela et pour toujours votre vraie mère. Même si vous vouliez éliminer Dieu la Mère, Elle ne vous abandonnera pas. N'êtes -vous pas son rejeton ? N'oubliez pas que tout est dispensé par Elle ; Elle procure à chacun la chose bonne pour lui, en temps voulu et selon la manière juste. Oui, certainement il faut se féliciter si le désir pour le Réel s'éveille.. Celle-là est une mère qui a la capacité de savoir et d'évaluer exactement ce dont son enfant a besoin. C'est parce qu'elle sait avoir de la mansuétude pour les erreurs de son enfant et qu'elle sait comment lui pardonner qu'elle est appelée « mère ».

144

Oui, si vous pouvez rester silencieux et en harmonie avec tout votre entourage, ce sera excellent. Essayez de rester immobile et sans rien manifester aussi longtemps que possible.

145

Pour commencer maintenez vos habitudes concernant vos bains et votre alimentation, de sorte que vous puissiez obtenir un sommeil paisible. Cela vous aidera à penser à Dieu et à méditer. Quand le corps est en bonne santé cela aide à fixer sa pensée sur Lui. A mesure que vous progressez dans la pratique de votre *sadhana*, votre alimentation et votre sommeil subiront automatiquement certains changements nécessaires.

146

Selon sa force individuelle on doit essayer de réserver un jour à la maîtrise de soi-même (*Samyam*), si ce n'est une fois par semaine, alors tous les quinze jours ou au moins une fois par

mois. En ce jour une stricte surveillance doit être exercée sur la nourriture et la boisson, la parole et la conduite, les lieux et les personnes visités — en fait, par rapport à toutes choses quelles qu'elles soient. Ainsi on développera graduellement la maîtrise de soi et la capacité de s'astreindre sans effort à ces règles ou, en tout cas, avec une certaine facilité, même pendant deux ou trois mois chaque année. Plus tard il deviendra peut-être possible de maintenir en permanence une telle attitude qui engendrera l'aspiration conduisant à la réalisation du Soi. La conséquence de l'indiscipline et de l'indulgence envers soi-même, est souffrance, cela signifie s'éloigner de son propre et vrai Soi.

147

De voir Mahadeva (*Shiva*) apparaître et Se dissoudre dans votre corps dans une lumière fulgurante, est incontestablement un bon signe. Même la vision légère d'une forme spirituelle (*cinmayi murti*) est de bonne augure.

L'apparition de *Kasi Visvanatha* (une appellation de Shiva) au centre situé entre les deux sourcils, se produit pour ceux qui pratiquent la méditation. Il est tout-à-fait courant parmi les *sadhakas* de voir apparaître des êtres à partir de la ceinture à la nuque, à travers une grande variété de formes et se présentant sous différentes apparences. Si vous n'avez pas la preuve suffisante de l'identité d'une apparition particulière, il ne faut pas sur votre simple vue, tenir pour certain qu'elle est celle que vous la croyez être et non une autre. Le fait est que l'Energie spirituelle (*Sakti*) des sadhakas se manifeste elle-même dans d'innombrables manières en accord avec leur méthode coutumière de recherche de Dieu. Si vous contemplez la forme perçue représentant la manifestation extérieure — même d'une manière obscure — d'une Energie spirituelle intimement reliée à l'aspiration profonde vers Dieu (*bhagavad bhava*), cela vous amènera à la contemplation de Dieu et vous procurera les conditions favorables à une vie consacrée à Son service. Il faut savoir qu'Il se manifeste en chacun de cette manière au moyen du développement de Sa divine Energie (*Tat Sakti*). De tout son cœur et de toute son âme il faut chercher à convertir les pratiques religieuses, telles que *puja,* (prières) *japa* (répétition d'un mantra ou du Nom de Dieu), *dhyana* (méditation) en expériences vivantes de manière à ce que leur signification profonde soit révélée.

148

Quand vous sentez naître des pouvoirs en vous, quand une nouvelle lumière luit de l'intérieur, plus vous la garderez cachée en un calme profond et dans la tranquilité, plus elle croîtra en intensité. Si vous lui entr'ouvrez la moindre issue vers l'extérieur, craignez qu'elle ne s'échappe! Soyez vigilant ! Il procurera

Lui-même tout ce qui est nécessaire — initiation, instruction — quoique cela puisse être.

149

Indolence et luxure — ce sont là les plus grands obstacles sur le sentier de la réalisation du Soi. Ce sont la patience et la persévérance qui vous sont le plus nécessaires. Si quelqu'un a reçu des bénédictions telles qu'il sente que seule la voie spirituelle est bénéfique — si Dieu confère ainsi Sa Grâce à quelqu'un — il devient nécessaire que celui-ci voue toute sa volonté et qu'il se dévoue jour et nuit au service de Dieu.

Les différentes activités qui contribuent à la vie spirituelle doivent être étroitement reliées par un effort toujours renouvelé : de même que dans une guirlande, le fil invisible et sans cassure qui la maintient ensemble. Aussitôt qu'un débouché vers l'extérieur s'ouvre dans une conscience, toutes ses actions se précipitent vers l'inférieur, vers le périssable. C'est pourquoi, même si la méditation n'est jamais une réussite, persistez jusqu'à la limite de votre capacité ; on doit s'engager dans le *japa, le culte,* réciter des textes sacrés, chanter les louanges de Dieu (kirtana), ou lire des livres sur des sujets spirituels.

Choisissez attentivement et fixez-vous strictement sur de telles occupations qui éveillent les pensées et les sentiments Divins. Soyez très ferme dans votre résolution de cultiver autant que possible les actions qui favorisent une vie centrée sur Dieu. Faites-les, même quand vous n'en avez pas le désir, comme on prend un médicament. Que vous en ayez le penchant ou non, persévérez dans leur accomplissement, de sorte qu'il ne reste pas de temps disponible pendant lequel l'agitation puisse se manifester.

Se permettre le confort physique est tourner le dos à la communion avec Dieu ; se soumettre à ce que le palais aime ou déteste et déguster dans le but de satisfaire ses goûts, c'est se déposséder soi-même, dans une mesure égale, de la saveur du Divin. C'est pourquoi quelle que soit la nourriture ou la boisson qui est prise, elle doit être consacrée à Dieu et partagée comme *Son Prasàda* (1).

Ne mangez pas ce qui ne vous convient pas. Prenez un repas complet à midi, du lait dans l'après-midi et un fruit ou quelque raffraichissement léger et de l'eau le soir.

Maintenez vos pensées au niveau le plus élevé. La louange et le blâme, l'ordure et la pâte de santal doivent devenir similaires. Rien au monde ne devrait nous répugner. Regardez dans votre propre cœur et soyez repoussé par votre répulsion. Ce n'est que lorsque le mental est saturé de la pensée de Dieu et de la conscience de Sa Présence, qu'il peut y avoir paix totale.

(1) La nourriture offerte à une déité ou à un saint se transforme en *Prasàda* lorsque celle-ci est acceptée et bénie. Elle est alors distribuée parmi les dévots.

On doit donner à la nourriture, au sommeil, à la toilette, aux vêtements, etc... seulement autant d'attention, qu'il est nécessaire pour maintenir la santé. A quoi bon un corps bien nourri ? Qu'il devienne plutôt un soutien pour l'effort spirituel. Dans ce but, exclusivement, doit être dirigé le courant de la vie, hors du monde et entièrement vers Dieu. Astreignez-vous à découvrir en vous-même les différentes choses que vous pouvez accomplir avec une joie réelle et qui vous rapprocheront de Dieu. Quelqu'un a-t-il jamais atteint la grandeur en s'asseyant par terre et en disant : « Je ne peux pas » ?

La colère, la cupidité et les sentiments similaires doivent être rejetés complètement. Vous ne devez pas davantage être gouverné par la louange et le prestige. Ne répliquez pas par esprit de contradiction à tout ce qui est dit. Répondez poliment avec un sourire et n'en dites pas plus.

Tout travail doit être fait comme un service de Dieu. Plus vous maintiendrez l'émotion suscitée par le sentiment de Sa Présence, plus votre corps, votre esprit et vos actions progresseront dans la communion Divine (*divya bhàva*). Ne vous accordez qu'avec Dieu. Là où est la pensée de Dieu, Dieu Lui-même est présent sous la forme de cette pensée. Chercher la Vérité est l'unique et seul devoir de l'homme.

Apprenez par cœur des hymnes et des versets à la louange de Dieu et répétez-les pendant que vous vous déplacez. Ne permettez jamais que votre esprit soit oisif. Maintenez-le en éveil par la répétition d'un *Mantra,* du Nom Divin, d'hymnes sacrés et autres choses semblables, ou même dans le pur Souvenir de Sa Présence.

Une chose de plus : les joies et les tristesses sont nées du temps et évidemment ne durent pas. C'est pourquoi ne soyez pas gouverné par elles. Souvenez-vous qu'elles passeront avec le temps. Visez au Plus-Haut, maintenez votre orientation, occupez-vous de votre travail, avec une indifférence totale pour les résultats obtenus.

Et autre chose encore : c'est Lui, en vérité, qui Se manifeste dans tous les tempéraments et toutes les formes : qui que ce soit que vous haïssiez, vous ne haïssez que votre propre Seigneur (*Ista*), celui que vous avez adopté.

Dans l'univers entier, dans tous les états d'être, dans toutes les formes, Il est. Tous les noms sont Ses noms, toutes les formes Ses formes, toutes les qualités Ses qualités, et tous les modes d'existence sont vraiment Lui.

Pour les aider à la réalisation du Soi, Il apparaît aux différents individus de différentes manières : sous la forme du *Guru,* du *Mantra,* de l'*Ista* (l'objet individuel du culte), et de *Bhàva* (dévotion, inspiration). Même si la dévotion et le respect religieux ne vous sont pas naturels, essayez de les cultiver en re-

connaissant leur nécessité. Que telle soit votre attitude constante dans votre travail. Plus grande seront les difficultés et les obstructions, et plus intense votre effort pour vous tenir à Ses Pieds ; plus votre pouvoir se développera par l'intérieur. Et quand le temps sera venu, vous gagnerez la maîtrise sur le pouvoir lui-même.

Le temps est précieux et doit être bien employé. Le jour, l'heure qui sont partis, ne reviennent jamais.

150

Il est nécessaire d'essayer de dédier au Suprême chaque action courante de sa vie journalière. Depuis l'éveil matinal jusqu'à ce que l'on s'endorme la nuit, on doit s'efforcer de maintenir cette attitude d'esprit. En agissant ainsi on en vient peu à peu à sentir : comment puis-je transformer en offrande la convoitise, la colère et d'autres défauts indésirables de ce genre ? A Lui qui m'est si infiniment cher, qui est mon être-même ? Donne-t-on ce qui est mauvais à ceux qu'on aime ? En continuant à réfléchir ainsi, on devient finalement incapable de faire quelque chose de mauvais ou d'indésirable. Alors, quand on Lui a sacrifié sans réserve jusqu'au moindre des pouvoirs que l'on possède, de sorte qu'il ne reste rien dont on puisse dire ceci est à moi, savez-vous ce qu'Il fait à ce moment béni ? A partir de votre petitesse Il vous rend parfait, complet, et alors rien ne reste à désirer ou à achever. Au moment où la consécration de vous-même devient complète, à cet instant même se produit la révélation de l'indivisible, la perfection sans brisure qui est toujours révélée par le Soi.

151

Tout ce qui arrive par la volonté de Celui qui est la Volonté elle-même, est bénéfique. Dans la vie qui se meut à l'intérieur des considérations terrestres, le conflit est naturel. Persévérer avec fermeté dans l'élan qui aboutit à la réalisation du Soi, voilà quel est le devoir de l'homme. Une lueur de sa propre et essentielle nature, donne de la félicité. Lorsque l'esprit aspire à la félicité, il n'aspire en réalité qu'à trouver son propre Soi, qui est sa mère — même l'idée que la conscience est l'enfant de son propre Soi est pure imagination. De qui viennent, après tout, les mouvements de l'esprit ? Si l'on reste toujours plongé dans le rythme de sa nature vraie (1), comment serait-il possible de faire du tort ou de vivre dans la malchance ou de s'égarer ? Y a-t-il même une possibilité à envisager ces éventualités ?

Si quelqu'un avance sur la voie, en d'autres mots, pratique le *sàdhana*, n'est-il pas simplement de son devoir de garder son esprit fixé sans déviation sur l'idéal choisi ? Il faut se rendre à

(1) « ..... la nature vraie de l'homme coule vers Dieu seul » (paroles d'Anandamayee Ma).

l'évidence que si on est privé de la saveur de l'espérience de la communion, de la joie intérieure, on ne trouve pas l'énergie de continuer. Cependant si le *sadhàna* reste le but essentiel de la vie, il ne faut pas lui permettre de se fâner et de se rétrécir. Le devoir incessant de l'homme est de lui apporter constamment des aliments nouveaux. C'est l'interruption qui produit le malaise. Bien qu'il soit exact que sans Sa touche le sadhana-enfant ne peut se révéler, il faut néanmoins garder sa vision concentrée sur la lumière obtenue jusqu'alors. Chaque instant est pénétré par Sa Présence, par Son contact, Son toucher, Sa venue, Son acceptation, Sa victoire.

152

Communiquez au père quelques-uns des messages sans art ni apprêt de cette petite fille (Mataji) : « Cette petite fille est toujours auprès de son père. La souffrance de l'esprit écoutant les conversations et les bavardages des gens, tout cela se passe à l'intérieur de nous-mêmes. La proximité ou l'éloignement sont aussi uniquement en nous-mêmes. Il ne suffit pas d'être un *sadhaka* au moment de vos exercices spirituels — quoique tout est dans tout — La capacité de rester en permanence dans le *sadhana* est potentiellement en chacun de nous, elle peut être découverte grâce à une sage discrimination. On devrait être continuellement plongé dans son *sadhàra* particulier, permettant d'entrer en possession du Trésor Suprême qui est notre nature essentielle. C'est toujours le Soi qui est à l'œuvre en tant qu'égo et en tant qu'intelligence. Servez-vous avec grande habilité du moment présent. L'Unique qui se manifeste dans les actions (impures) de Son Etreté, apparaît Lui-même aussi dans l'Action Pure. Afin que ceci soit révélé, l'intelligence devient capable de percevoir la stabilité dans le mouvement, tandis que dans les mouvements dûs à l'action du Soi, une sage discrimination réalisera sa propre vraie nature. Lorsque ceci se produit, Celui qui se révèle est perçu aussi bien dans la stupidité que dans la sagesse. Il est reconnu comme l'Unique qui Se révèle qui EST. Il est infini et également fini. A travers Lui on devrait essayer d'avancer sans heurt, sans jamais s'arrêter, étant libéré des obstacles et des obstructions. Une fois qu'on entre dans le courant, toute forme perçue par la pensée purifiée et l'intelligence, doit être considérée comme une expérience sur le chemin vers la perception du Soi.

Lorsqu'on est devenu calme, c'est-à-dire lorsque l'on est établi dans un état de tranquillité, alors l'activité vitale qui continue à tout instant dans le sommeil et la veille, et qui fait partie du pèlerinage de la vie à la mort, se trouvent entraînés ainsi que la pensée rationnelle dans ce courant et restent éternellement unis à son flux. Maintenir constamment la pensée équilibrée dans le Soi, clairement éveillée à la perception du flux de la

Réalité, où le « Sans-Fond », « l'Infinité » de l'Unité sont constamment révélés dans Son infinité, doit, avec l'intensité d'une possession, être votre seul et unique propos.

153

Si quelqu'un n'atteint pas l'état de calme, l'agitation de tout son organisme se manifestera à travers chaque nerf et fibre de son corps et le rendra inefficace. Si l'énergie n'est pas économisée, il ne lui est pas possible de fonctionner harmonieusement dans une tranquillité parfaite. L'intérêt pour la Quête Suprême et les pratiques accomplies pour la recherche de la Vérité, ont naturellement un effet calmant. Il est essentiel de ménager son énergie.

S'il trouve que la pratique du *kirtana* lui est favorable, il devra au moment où celui-ci est chanté, essayer de rester assis absolument tranquille, dans une position fixe et se concentrer. La dispersion de la pensée et l'agitation du corps sont défavorables.

154

Ceux qui recherchent l'état de *brahmcaris* (étudiant religieux qui se voue aux pratiques spirituelles, au service, et qui observe une stricte chasteté), doivent vivre une vie de renonciation. L'abandon aux passions, la gloutonnerie, l'impatience, l'amour de la gloriole et de la renommée sont de sérieux obstacles. Toute action devra être entreprise dans un esprit de service et en prenant grand soin d'éviter tout cela. En plus, il faut apporter une attention spéciale aux règles enjointes aux *brahmcaris* et aux *sadhus* (qui a consacré sa vie à l'effort spirituel). Ce qui pourrait offenser quiconque ne devra pas être poursuivi, ni ce qui pourrait infliger à d'autres la peine la plus légère.

155

Il ne suffit pas de revêtir simplement la robe d'un *Sadhu* et manquer d'esprit de renonciation. Pratiquer le *Sannyasa* et devenir spontanément un *Sannyasi*, ne sont certainement pas une seule et même chose.

156

Le *Sannyasa* intérieur est le vrai *Sannyasa*. C'est un grand bonheur que de devenir un *Sannyasi* et réellement une occasion de réjouissance suprême. Mais sentez-vous que le moment convenable au franchissement d'un tel pas est venu pour vous ? *Sannyasa* (1) signifie renonciation complète, annihilation de tout :

(1) *Sannyasa :* renoncement. D'après le système Hindou, cela représente la dernière phase de la vie humaine au cours de laquelle un homme renonce à sa famille, à ses possessions, à sa caste, à sa position sociale, etc, en fait à tout ce à quoi il est attaché, pour se donner entièrement au service de Dieu. Pratiquement il y a deux procédés, à savoir *vividisa sannyasa* engendré par le sentiment du détachement de ce monde, et le *vidvatsannyasa* qui est le *sannyasa* par excellence, engendré par l'aurore du *Brahmajnana* (réalisation du Brahman). Pour commencer certaines règles de discipline sont à observer. Par la suite, il y a liberté absolue.

même l'idée d'annihilation doit disparaître en tant qu'objet de désir.

157

Comment un homme qui entretient des pensées de suicide pourrait-il devenir un *Sannyasi ?* L'idée du suicide ne peut même pas entrer dans l'esprit de ceux qui se prétendent candidats au *Sannyasa.* L'esprit d'abnégation totale et de renonciation sont l'attitude qui contribue le plus à cet état sublime. Faites vœu d'être vrai en paroles et retenez-vous d'écrire des lettres. Ne parlez pas aux femmes ni ne vous permettez pas de les regarder.

158

Que signifie entrer dans son propre Etre Véritable (*swarupa*) ? Réaliser ce qui EST : qu'Il, l'Un en-Soi-resplendissant, est tout pénétrant, présent dans toutes les formes, tous les états d'esprit et tous les modes d'existence. Là, la parole, les mots n'ont pas leur place. Car peut-on décrire dans une langue quelconque la Forme Essentielle (*Swarupa*) ou le Sans-Forme (*arupa*) ? Lui, et Lui seul EST.

159

Quand les gens parlent de la vision du Soi (*Atma darsana*) et de la réalisation du Soi, ils ne le font que par ouï-dire ; cependant il faut trouver un moyen d'accès direct et de première main à une telle connaissance. C'est pourquoi nous devons adopter des moyens ou une méthode qui pourront nous aider à l'atteindre.

Vous pouvez voir par vous-même — réfléchissez : l'air existe et sans air notre corps ne peut subsister. Comprenez ceci : l'air ne pénètre-t-il pas dans tout ? Les plantes, les minéraux, les animaux, en fait toutes les créatures ? Vous faites une différence entre la terre, l'eau, le feu, l'air, le ciel et ainsi de suite, n'est-ce pas ? De les contempler chacun en particulier nous aide à les comprendre. Il est dit que Vérité-Conscience-Félicité (*Saccidananda*) constituent l'essence universelle. C'est seulement quand la Conscience est enracinée dans la Vérité qu'il peut y avoir Félicité. De notre point de vue terrestre nous percevons partout des choses animées ou inanimées ; mais en réalité, Lui qui est la Vérité, Lui qui est la Conscience, les pénètre tous ; seulement ceci ne peut être réalisé par la personne ordinaire. Aussitôt que l'esprit réalise Son immanence, alors, de même que lorsque l'on veut rendre un culte à une image la vie doit d'abord être instillée en elle par *prana pratistha* (2), de même c'est comme s'Il devenait actif à l'intérieur de nous-mêmes, au début par l'intermédiaire du souffle qui est une expression de la force de vie, (*prana*). Le

(2) Lorsque l'image d'une déité est consacrée à l'adoration, une connection s'opère avec l'aspect particulier de la Divinité représentée. Cela s'appelle « *prana pratistha* ». L'image devient ainsi un point focal de la vie pour la transmission de force Divine et de grâce.

mot « à l'intérieur » n'a été employé que parce que nous pensons en termes d'« intérieur » et d'« extérieur ». C'est pourquoi nous parlons de « moi » et de « vous », de Dieu « avec forme » (*sakara*) et « sans-forme » (*nirakara*). Soyez toujours conscient de ce qui suit : ce qui est appelé souffle de vie, est réellement un aspect d'un pouvoir universel, omniprésent, en perpétuel fonctionnement. C'est Lui sous une de Ses formes ; Lui qui est Vérité-Conscience Se révèle sous cet aspect. Si avec l'aide d'un *mantra* (3) reçu du *Guru* nous pouvons rester concentrés sur le souffle, ou même si, à un moment donné, il n'y a pas de *mantra*, nous restons simplement à observer les mouvements de notre respiration, cela nous aidera à stabiliser notre mental et, peut-être aussi, constituera une aide dans notre recherche de Celui qui est la vie de notre vie, qui est le Tout, l'Un Eternel. La vision du Jeu Eternel (*Lila*) (4) de l'Etre Suprême dont l'essence est Conscience et Félicité est impossible, à moins que l'on n'ait pu percevoir Son ravissement dans Sa propre Universalité et Se suffisant en Soi et que l'on ait trouvé cette joie reflétée à l'intérieur de soi en union avec le Tout et en tant que partie du Tout. Jusqu'à ce que les sens soient maîtrisés et les passions transcendées, comment pouvons-nous nous identifier avec le Soi Suprême ?

Le souffle toujours mouvant change son rythme en accord avec ce que nous faisons, sentons et pensons, avec la précision du balancier d'une horloge qui travaille sans arrêt, bien qu'il puisse suivant les moments, aller vite ou lentement. Avec une continuité semblable, efforcez-vous de vous concentrer sur le souffle ; cela freinera les divagations de votre mental et l'empêchera de vagabonder sur les objets extérieurs. Voyez, quand un enfant turbulent est attrapé, ramené à l'intérieur de la maison et qu'on lui donne un jouet, il reste tranquille et absorbé, au moins pendant quelque temps. Afin de calmer sa propre agitation, il est nécessaire de ne garder en vue qu'un seul objectif. Les pensées et aspirations Divines (*sadbhava*), sont de l'essence même du *Satsang ;* selon le degré sur lequel nous les pratiquons, le désir ardent de notre cœur sera comblé et l'esprit calmé. A l'aide de votre intelligence et de votre propre possibilité, essayez d'unifier votre conscience avec votre souffle. Saviez-vous ce qui est essentiel ? De réaliser que le courant ininterrompu de l'aspiration elle-même vous est inspiré par Celui-là qui est le Tout indivisible.

(3) *Mantra :* une série de sons de grande potentialité. C'est le son représentant « l'*Ista Devata* ». Nom et forme sont inséparables. Si donc le nom est identifié à la vie, la forme qu'il représente est destinée à se révéler, à condition que la pratique en soit suffisamment intense. Le *mantra* est un mot transmetteur de puissance Divine.

(4) *Lila :* Littéralement « jeu ». Mouvement et activité de l'Etre Suprême, libérés par leur nature et pas assujettis aux lois. Les *Vaisnavas* (adorateurs de Vishnou) expliquent que la Création est la réalisation du jeu, *Lila,* de Dieu.

160

Son unique Forme est *Mahasunya* (5) — le Grand Vide — Mais il doit êtrs distingué du vide ordinaire qui appartient au monde : là où celui-ci est sensible, le Grand Vide ne peut être appréhendé. Qu'est-ce qui est, qu'est-ce qui n'est pas ? Et cependant tout est à la fois existant et non-existant, et néanmoins n'est pas non-existant ou existant. Quoiqu'il en soit, trouver tout en perdant tout, voilà ce qui est désirable.

161

Dieu seul est Vérité, Bonheur, Félicité. Ne mettez vos espoirs qu'en la Béatitude Suprême, la Félicité du Soi. Rien d'autre n'existe. Ce qui semble exister en dehors d'Elle, n'est que pure illusion. Essayez de trouver votre Soi. Toutes ces vociférations sont dans la nature de l'homme. Il gémit encore et toujours dans son effort de se débarrasser de son sens du vide.

Le vrai but de la vie de l'homme est de réaliser Dieu. La question de renonciation ne concerne évidemment que ce qui est à rejeter de toute façon. Ce qui est Eternel, ce qui est Vrai doit être saisi.

Celui qui est lui-même limité sera toujours attiré par le limité. C'est la nature même de l'individu. Avec l'aide du *Guru* on arrive à réaliser l'impermanence des choses. Tout est possible par le pouvoir du *Guru*. Même quand vous sentez que vous avez perdu patience, ne relâchez pas vos efforts, mais essayez encore et encore. Ne cessez jamais de lutter jusqu'à votre dernier souffle. Priez-Le afin que vous puissiez continuer à rester constamment à Ses Pieds au cours des vingt-quatre heures de la journée.

Celui qui a été initié par un *Guru* doit, sous Sa direction, essayer de garder son esprit engagé toutes les minutes de sa vie en des occupations spirituelles, telles que culte, *japa*, méditation, lecture des textes sacrés, *Kirtana*, *Satsang* et autres choses semblables.

Faites effort jusqu'à la limite de vos possibilités, aussi faibles qu'elles puissent être. IL est là pour accomplir ce qui n'aura pas été achevé.

162

O Volonté Suprême, Ta Volonté prévaut.

La Fontaine de Bonté accomplit tout quand le temps est révolu.

Il est bien que tout chacun s'efforce constamment à aspirer vers ce qui est la Vérité Eternelle.

De Toi seul doit être parlé, tout le reste n'est que futilité et douleur.

(5) *Mahasunya :* Le Grand Vide signifie Conscience Absolue, caractérisée par l'absence de toute création. *Sunya* ou (ordinairement) Vide, est l'intervalle ou la brèche entre chaque deux personnes, objets, sentiments, pensées, idées, etc, qui nécessairement existe dans le monde de la dualité.

IMPPRIMERIE LIENHART ET Cie - AUBENAS (ARDÈCHE)